

Nombre del alumno:

Jesus Adrian Alvarez Alfonso

Nombre del profesor:

Luis Miguel Sanchez

Nombre del trabajo:

Emociones

Materia:

Desarrollo Humano

Grado:

6

Grupo:

A

Ocosingo Chiapas a 10 de julio de 2020.

EMOCIONES, INTELIGENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL

Emociones

- Componentes que permiten sentir vida en el ser humano
- Crean un impacto positivo o negativo en nuestra salud
 - Física
 - Mental
 - Espiritual
- Son mecanismos que nos ayudan a
 - Reaccionar
 - Tomar decisiones
 - Comunicarnos no verbal

Inteligencia

- Facultad de comprender
- Capacidad de aprendizaje
- La inteligencia es
 - Una actividad
 - Una aptitud
 - Una capacidad
- Tiene como fin la solución de problemas usando la creatividad
- Toda persona es inteligente pero tiene que desarrollarse

Inteligencia Emocional

- Forma de interacción con el mundo
- Toma en cuenta los sentimientos
- Engloba habilidades
- Uso inteligente de las emociones

Rogers

- Inteligencia emocional en el aula
 - Comprender al otro, para ayudarlo
 - Proceso enseñanza-aprendizaje
- Inteligencia emocional en el trabajo
 - Manejar e interpretar emociones para involucrar a las personas con sus tareas
- Pionero en la política Mundial

Origen de la inteligencia emocional

- Otto Rank
- Sentirse escuchado por otros
- Solución de conflictos
- La clave no está en negar los problemas si no en solucionarlos

Experimento JIMMY CÁRTER

- Agudizar su propio instinto
 - Conocer nuestros propios sentimientos
 - Difícil reconocer y aceptar las emociones de otros
 - Sentimos más sensibles ante emociones de los demás
- Control de emociones negativas
 - Emociones que nos provocan
 - Angustia
 - Tristeza
 - Ira
 - Depresión
 - Educarnos para enfrentar estas emociones
 - Aceptación de la emoción para liberación rápida de la misma
- Experimento JIMMY CÁRTER
 - Aumentar el potencial creativo
 - Afrontación de retos
 - Aceptación del riesgo de cometer errores
 - EXPRESAR los pensamientos con HUMOR y trabajar bajo INTUICIÓN para resolver con rapidez las distintas situaciones que se presentan
 - Descubrir las propias actitudes
 - Aportar idea para sentirse motivados
 - Automotivación mediante nuestras aptitudes