

Desarrollo humano.



Lic. en derecho: Luz María Castillo

Alumna: Ángeles Anarela Aguilar Rodríguez

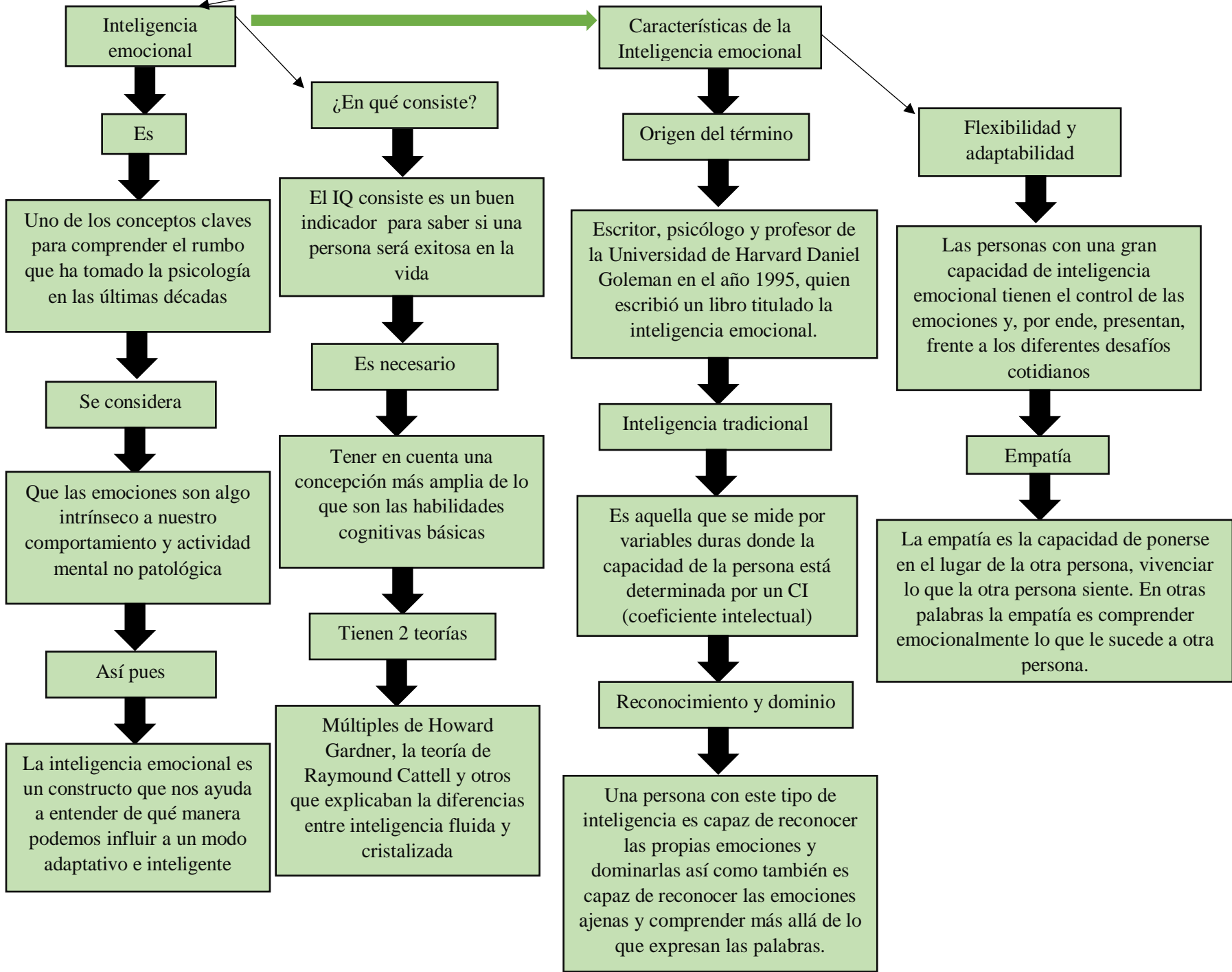
Actividad: Mapa conceptual

Sexto Cuatrimestre

Fecha: 03 de julio del 2020

Comitán de Domínguez Chiapas.

Unidad 3.1 -3.4



Inteligencia emocional

Es

Uno de los conceptos claves para comprender el rumbo que ha tomado la psicología en las últimas décadas

Se considera

Que las emociones son algo intrínseco a nuestro comportamiento y actividad mental no patológica

Así pues

La inteligencia emocional es un constructo que nos ayuda a entender de qué manera podemos influir a un modo adaptativo e inteligente

¿En qué consiste?

El IQ consiste es un buen indicador para saber si una persona será exitosa en la vida

Es necesario

Tener en cuenta una concepción más amplia de lo que son las habilidades cognitivas básicas

Tienen 2 teorías

Múltiples de Howard Gardner, la teoría de Raymond Cattell y otros que explicaban la diferencias entre inteligencia fluida y cristalizada

Características de la Inteligencia emocional

Origen del término

Escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995, quien escribió un libro titulado la inteligencia emocional.

Inteligencia tradicional

Es aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente intelectual)

Reconocimiento y dominio

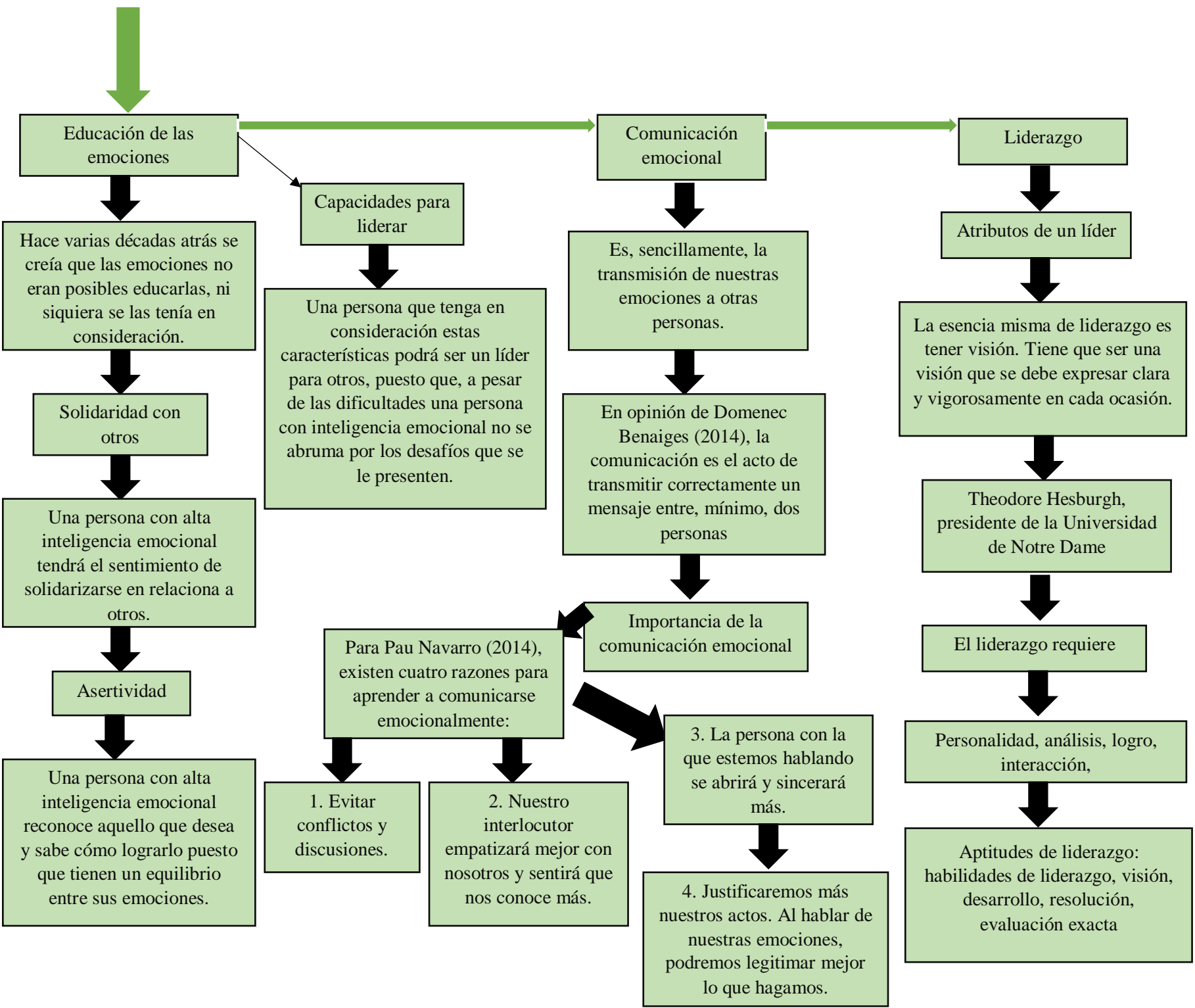
Una persona con este tipo de inteligencia es capaz de reconocer las propias emociones y dominarlas así como también es capaz de reconocer las emociones ajenas y comprender más allá de lo que expresan las palabras.

Flexibilidad y adaptabilidad

Las personas con una gran capacidad de inteligencia emocional tienen el control de las emociones y, por ende, presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos

Empatía

La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente. En otras palabras la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona.



Educación de las emociones

Hace varias décadas atrás se creía que las emociones no eran posibles educarlas, ni siquiera se las tenía en consideración.

Solidaridad con otros

Una persona con alta inteligencia emocional tendrá el sentimiento de solidarizarse en relaciona a otros.

Asertividad

Una persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.

Capacidades para liderar

Una persona que tenga en consideración estas características podrá ser un líder para otros, puesto que, a pesar de las dificultades una persona con inteligencia emocional no se abruma por los desafíos que se le presenten.

Comunicación emocional

Es, sencillamente, la transmisión de nuestras emociones a otras personas.

En opinión de Domenech Benaiges (2014), la comunicación es el acto de transmitir correctamente un mensaje entre, mínimo, dos personas

Importancia de la comunicación emocional

Para Pau Navarro (2014), existen cuatro razones para aprender a comunicarse emocionalmente:

1. Evitar conflictos y discusiones.

2. Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más.

3. La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más.

4. Justificaremos más nuestros actos. Al hablar de nuestras emociones, podremos legitimar mejor lo que hagamos.

Liderazgo

Atributos de un líder

La esencia misma de liderazgo es tener visión. Tiene que ser una visión que se debe expresar clara y vigorosamente en cada ocasión.

Theodore Hesburgh, presidente de la Universidad de Notre Dame

El liderazgo requiere

Personalidad, análisis, logro, interacción,

Aptitudes de liderazgo: habilidades de liderazgo, visión, desarrollo, resolución, evaluación exacta

