

Materia.
Desarrollo humano.
Trabajo.
Mapa conceptual
Alumna.

Perla de Belén Cáceres Rodríguez.

Lic.

Luz María Castillo Moreno.

6°cuatrimestre de la licenciatura en nutrición.

Comitán de Domínguez a 30 de Junio de 2020.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

la Inteligencia Emocional es un constructo que nos ayuda a entender de qué manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligente, a los estados emocionales de los demás.

La inteligencia tradicional

Se

mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un coeficiente intelectual, que indica cuán inteligente es.

Reconocimiento y dominio de emociones.

capaz de reconocer las propias emociones y dominarlas. Así como de reconocer las emociones ajenas.

Empatía

capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente.

reeducar emociones dañinas y transformarlos en sentimientos positivos

Solidaridad con otros

Asertividad

Capacidades para liderar

Origen del término

La

inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades o destrezas matemáticas o lingüísticas

que existe un gran abanico de inteligencias que deben ser tenidas en cuenta.

capacidades emocionales adquiridas

El

cerebro aprende a lo largo de toda la vida de la persona y ésta será mediada por la inteligencia emocional.

Flexibilidad y adaptabilidad

control de las emociones, por ende, presentan, frente a los desafíos cotidianos, una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos.

Educación de las emociones

solidarizarse en relaciona a otros

reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.

busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas.

COMUNICACIÓN EMOCIONAL

la comunicación es el acto de transmitir correctamente un mensaje entre, mínimo, dos personas.

Comunicar no implica únicamente enviar el mensaje sino hacer llegar su contenido a la otra persona.

otra persona tiene que descifrar el mensaje, y tiene que entenderlo, sólo así la comunicación es completa.

La comunicación emocional es la transmisión de nuestras emociones a otras

Importancia

Evitar conflictos y discusiones

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

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

Justificaremos más nuestros actos.

LIDERAZGO

Es la

Capacidad de influir en un grupo, para que se logren las metas.

Requiere

Personalidad

Análisis

Logro

Interacción

Aptitudes.

Habilidades de liderazgo, Visión, Desarrollo de equipos, Resolución de conflicto con ganancia por ambas partes

Evaluación exacta y rápida de la situación, Capacitación/preparación, Compromiso de participación del

Claves importantes

Ayudar

A los empleados y miembros a entender la estrategia global de la organización.

Ayudar

A los empleados y miembros a entender cómo pueden contribuir para lograr sus objetivos.

AFECTOS

describen el cuadro de los movimientos hacia un modelo de organización.

Cada vez más, los afectos fueron pensados como un complejo proceso multifacético que incluye sentimientos

Los

Afectos funcionan automáticamente y cumplen una función reguladora.

también pueden ser vistos como adaptativos, actuando tanto autónomamente como en el conflicto

Los

Afectos pueden ser vistos como aspectos continuos de nuestra vida y no como característicamente intermitentes o típicamente traumáticos

aunque pueden desregularse y comprometerse en la patología.

En la vida cotidiana una variedad de afectos regula el interés, el compromiso, el aburrimiento, la frustración y su conexión con el mundo puede ser ordenada en una dimensión placer-displacer