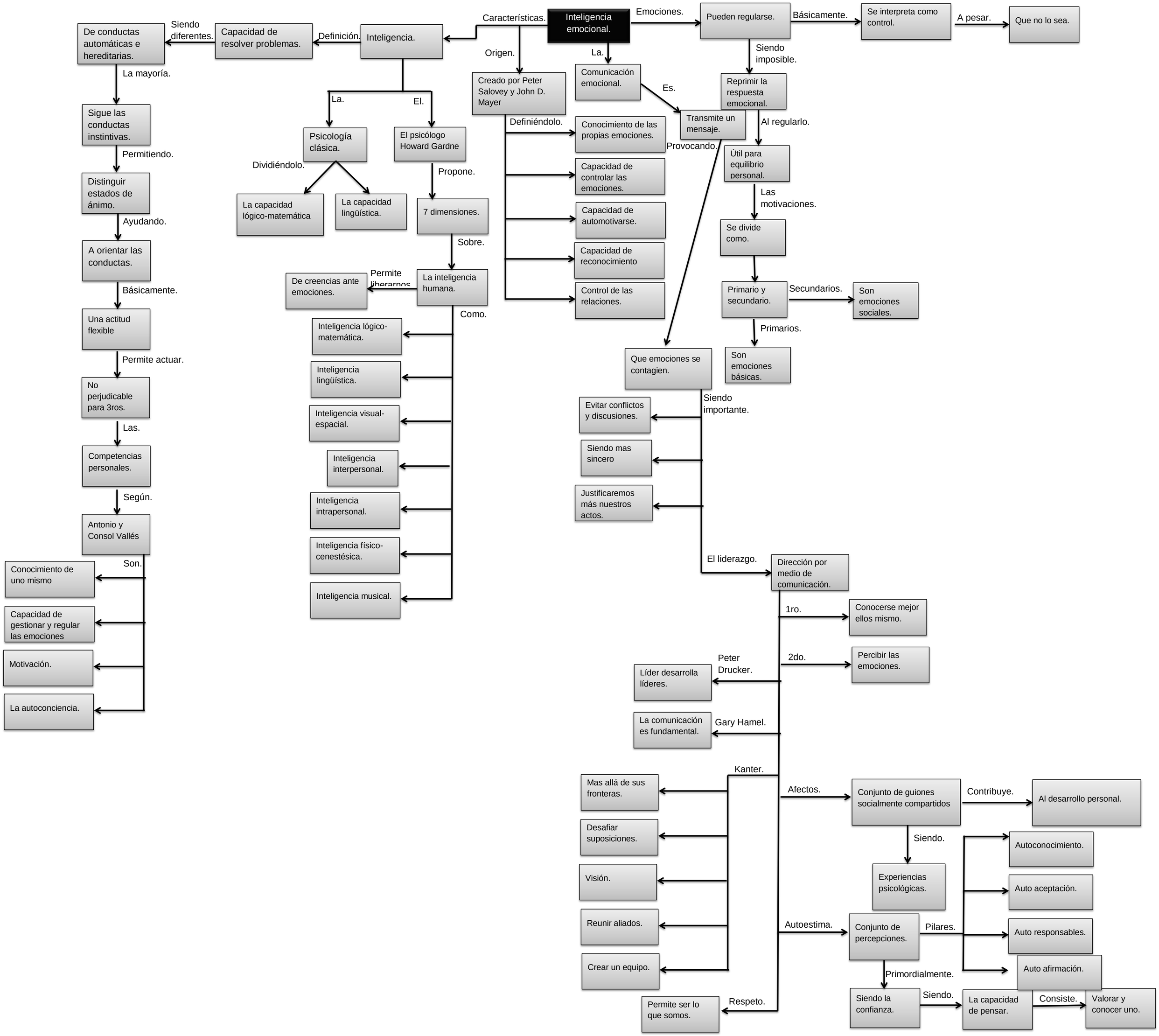
UDS UNIVERSIDAD DEL SURESTE

"Pasión por educar"

Desarrollo Humano.

- NUTRICIÓN.
- Enero 2020- Abril 2020
- Castillo Moreno Luz Maria.
- Kevin Jasiel Cruz Rios.
- Unidad 3


Inteligencia emocional.
Características.
Emociones.
Pueden regularse.
Básicamente.
Se interpreta como control.
A pesar.
Que no lo sea.
Siendo imposible.
Reprimir la respuesta emocional.
Al regularlo.
Útil para equilibrio personal.
Las motivaciones.
Se divide como.
Primario y secundario.
Secundarios.
Son emociones sociales.
Primarios.
Son emociones básicas.
Inteligencia.
Definición.
Capacidad de resolver problemas.
Siendo diferentes.
De conductas automáticas e hereditarias.
La mayoría.
Sigue las conductas instintivas.
Permitiendo.
Distinguir estados de ánimo.
Ayudando.
A orientar las conductas.
Básicamente.
Una actitud flexible
Permite actuar.
No perjudicable para 3ros.
Las.
Competencias personales.
Según.
Antonio y Consol Vallés
Son.
Conocimiento de uno mismo
Capacidad de gestionar y regular las emociones
Motivación.
La autoconciencia.
La.
El.
Psicología clásica.
Dividiéndolo.
La capacidad lógico-matemática
La capacidad lingüística.
El psicólogo Howard Gardne
Propone.
7 dimensiones.
Sobre.
La inteligencia humana.
Permite liberarnos
De creencias ante emociones.
Como.
Inteligencia lógico-matemática.
Inteligencia lingüística.
Inteligencia visual-espacial.
Inteligencia interpersonal.
Inteligencia intrapersonal.
Inteligencia físico-cenestésica.
Inteligencia musical.
Origen.
Creado por Peter Salovey y John D. Mayer
Definiéndolo.
Conocimiento de las propias emociones.
Capacidad de controlar las emociones.
Capacidad de automotivarse.
Capacidad de reconocimiento
Control de las relaciones.
La.
Comunicación emocional.
Es.
Transmite un mensaje.
Provocando.
Que emociones se contagien.
Siendo importante.
Evitar conflictos y discusiones.
Siendo mas sincero
Justificaremos más nuestros actos.
El liderazgo.
Dirección por medio de comunicación.
1ro.
Conocerse mejor ellos mismo.
2do.
Percibir las emociones.
Peter Drucker.
Líder desarrolla líderes.
Gary Hamel.
La comunicación es fundamental.
Kanter.
Mas allá de sus fronteras.
Desafiar suposiciones.
Visión.
Reunir aliados.
Crear un equipo.
Respeto.
Permite ser lo que somos.
Afectos.
Conjunto de guiones socialmente compartidos
Contribuye.
Al desarrollo personal.
Siendo.
Experiencias psicológicas.
Autoestima.
Conjunto de percepciones.
Pilares.
Autoconocimiento.
Auto aceptación.
Auto responsables.
Auto afirmación.
Primordialmente.
Siendo la confianza.
Siendo.
La capacidad de pensar.
Consiste.
Valorar y conocer uno.