

Nombre del alumno:

JOANA YULIBETH RODRIGUEZ DIAZ

Nombre del profesor:

LIC. ADRIANA MARISELA MORALES SOL

Licenciatura:

ENFERMERIA

Materia:

DESARROLLO HUMANO

Nombre del trabajo: CUADRO SINOPTICO

ENSAYO DEL TEMA:

“INTELIGENCIA EMOCIONAL”

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Tipos de emociones

- ◆ La Ira.
- ◆ El Miedo.
- ◆ La Felicidad.
- ◆ El disgusto.
- ◆ La tristeza.

En un sentido real, tenemos dos mentes, una que piensa y otra que siente.

Nuestra vida emocional es nuestro sentido del olfato, el olor se convirtió en el sentido supremo para la supervivencia.

El cerebro tiene dos sistemas de memoria, una de datos corrientes y una para las que poseen carga emocional.

La amígdala trabaja preparando una reacción ansiosa e impulsiva, otra parte del cerebro emocional permite una respuesta adecuada y correctiva

La progresión, es la combinación corriente, con la significativa excepción de emergencias emocionales

El lóbulo pre frontal derecho es de sentimientos negativos como temor y agresión

Lóbulo izquierdo controla las emociones no elaboradas inhibiendo al derecho

El sistema límbico, la neo corteza, la amígdala y los lóbulos pre frontales, significa que cada uno es socio de la vida mental; cuando estos socios interactúan positivamente la inteligencia emocional aumenta, al igual que la capacidad intelectual.

La inteligencia emocional: son habilidades de ser capaz de motivarse y persistir en decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular humor y evitar trastornos disminuyen la capacidad de pensar, mostrar empatía y abrigar esperanzas.

Personas con habilidades emocionales bien desarrolladas se sienten satisfechas y eficaces en su vida, y de dominar hábitos que interrumpen su productividad.

La inteligencia interpersonal

- ✓ Liderazgo.
- ✓ Capacidad de resolver conflictos.
- ✓ Capacidad de cultivar relaciones y mantener amistades.
- ✓ La destreza.

La inteligencia personal no debe ser pasada por alto, en su sentido común e intuitivo.

Ego observador como la capacidad de conciencia de uno mismo que permite al analista dominar sus propias reacciones de lo que el paciente está diciendo

Alexitimia es a la carencia de emoción, las características de los alexitímicos, es que tiene dificultad para describir sus sentimientos y la de los demás además un vocabulario limitado

Una emoción se convierte en algo consciente marca su registro como tal en la corteza frontal, las emociones que arden bajo el umbral de la conciencia ejercen impacto en la forma en que percibimos y reaccionamos, aunque no tengamos idea de que está funcionando.

La mente del pesimista conduce a la desesperación, la del optimista genera esperanzas, las personas auto eficaces recuperan de los fracasos manejando las cosas en lugar de preocuparse por lo que puede salir mal.

Hacer el amor es quizá la actitud de la vida adulta que más se parece a la sintonía íntima que existe entre la madre y el niño.

La psicopatía es la capacidad de sentir la menor empatía o compasión, o el menor remordimiento, los psicópatas tienen una comprensión superficial de las palabras emocionales, una reflexión de su superficialidad más general en el reino afectivo

Las emociones lo vivimos por todos lados, en nuestra familia, amigos, conocidos, etc.