



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del alumno:

Iván Cruz Moreno

Nombre del profesor:

Lic. Adriana Maricela Morales sol

Licenciatura:

En enfermería

6to Cuatrimestre Grupo "C" semiescolarizada

Materia:

Desarrollo Humano

Nombre del trabajo:

Cuadro Sinóptico De "Inteligencia Emocional"

Frontera comalapa chiapas a 12 de julio del 2020

**INTEGRACION
EMOCIONAL**

Para que son las emociones

Cuando las pasiones aplastan a la razón

Impulsos para la acción

Las pasiones aplastan a la razón una y otra vez, Nuestra valoración de cada encuentro personal y nuestras respuestas al mismo están moldeadas no solo por nuestro juicio racional o nuestra historia personal, sino también por nuestro lejano pasado ancestral.

Todas las emociones son impulsos para actuar. La Ira, El Miedo, La Felicidad, El Amor, El Disgusto, La Tristeza.

En un sentido real, tenemos dos mentes, una que piensa y otra que siente Las dos mentes operan en armonía entrelazando sus conocimientos para guiarnos por el mundo cada una refleja la operación de un circuito distinto pero interconectado del cerebro.

Anatomía de un asalto emocional

El asiento de toda pasión

El gerente emocional

En los seres humanos, la amígdala es un racimo en forma de almendra de estructuras interconectadas, que se asientan sobre el tronco cerebral, cerca de la base del anillo límbico, Al carecer de fuerza emocional, los encuentros pierden su fuerza.

La amígdala actúa como depósito de la memoria emocional y así tiene importancia por sí misma.

Nuestras reacciones emocionales desde el principio La progresión, es la combinación corriente, con la significativa excepción de emergencias emocionales. Los asaltos emocionales implican dos dinámicas: la respuesta en función de la amígdala y una imposibilidad de activar los procesos neo corticales que mantienen en equilibrio la respuesta emocional.

Cuando lo inteligente es tonto

La vida emocional

4 habilidades

Las personas más brillantes pueden hundirse en peligro de pasiones desenfrenadas e impulsos incontrolables son habilidades de ser capaz de motivarse y persistir en decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular humor y evitar los trastornos

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

Conócete a ti mismo

La gente adopta estilos para responder y enfrentarse a sus emociones

Las mujeres experimentan emociones negativas y positivas más que los hombres; las diferencias de sexos la vida emocional es más rica para las que las notan más.

- Consciente de sí mismo: conscientes de sus humores, son independientes, positivos, su cuidado los ayuda manejar sus emociones.
- -Sumergido: son volubles y no muy conscientes de sus sentimientos, se sienten abrumados y emocionalmente descontrolados.
- Aceptador: aceptan sus humores y no tratan de cambiarlos.