

**Nombre del alumno:**

Angiu Guadalupe Gómez López

**Nombre del profesor:**

LIC. Adriana Marisela Morales Sol

**Cuatrimestre**

**6° Cuatrimestre “C”**

**Modalidad**

**Enfermería semiescolarizado**

**Materia:**

Desarrollo Humano

**Nombre del trabajo:**

Cuadro sinoptico:

“inteligencia emocional”

# Inteligencia emocional

## Concepto

Son habilidades de ser capaz de motivarse y persistir en decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular humor y evitar trastornos disminuye la capacidad de pensar, mostrar empatía y abrigar esperanzas

## Naturaleza de la inteligencia emocional

La inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional las personas más brillantes pueden hundirse en peligro de pasiones desenfrenadas e impulsos incontrolables; pilotos con CI pueden ser pilotos malos en su vida privada.

El CI proporciona pocos datos que expliquen el destino de las personas con las mismas posibilidades, estudios y oportunidades

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

El núcleo de la inteligencia interpersonal incluye las "capacidades para discernir y responder bien al humor, el temperamento, las motivaciones y los deseos de los demás".

## Definición de inteligencia emocional 5 esferas principales

- 1.-Conocer sus propias emociones
- 2.-Manejar emociones
- 3.-La propia motivación
- 4.-Reconocer emociones en los demás
- 5.-Manejar las relaciones

1. consiste en reconocer un sentimiento mientras ocurre, es la clave de la inteligencia emocional.
2. capacidad de conciencia de sí mismo
3. ordenar emociones al servicio de un objetivo
4. la empatía habilidad fundamental de las personas
5. Manejar las emociones de los demás

Las personas que se destacan en estas habilidades desempeñan bien cualquier cosa que dependa de la interacción serena con los demás, son estrellas sociales.

## CI e inteligencia emocional tipos puros

El hombre de elevado CI tiene variedad de intereses y habilidades intelectuales; es ambicioso y productivo, previsible y obstinado, no se preocupa de sí mismo, también es crítico y condescendiente, fastidioso e inhibido, afalable y frío.

Los hombres con inteligencia emocional elevada son equilibrados, sociales y alegres, son solidarios y cuidadosos en sus relaciones; se sienten cómodos con ellos mismos y con los demás.

En el caso de las mujeres con CI elevado expresan sus ideas, valoran cuestiones intelectuales y poseen interés intelectuales y estéticos; son introspectivas, propensas a la ansiedad, la reflexión, sentimientos de culpa, vacilan cuando expresan su ira. Las mujeres inteligentes son positivas, expresan sus sentimientos, son sociables, se adaptan bien a la tensión.