

Unidad 3 Inteligencia Emocional



Nombre de alumno: Marvi Hernández ramos

Materia: práctica clínica 2

Nombre del profesor: Lic. Javier Iván Godínez.

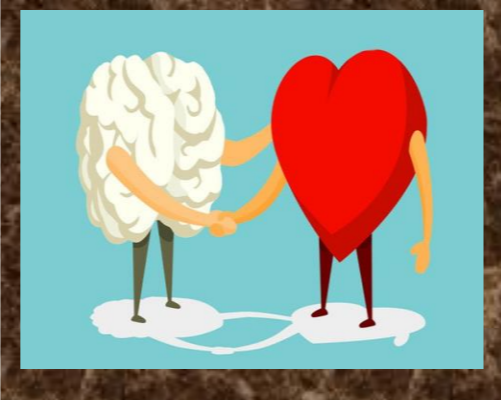
Carrera: Lic. En Enfermería

Cuatrimestre: Sexto A sábados

Unidad 3 Inteligencia Emocional

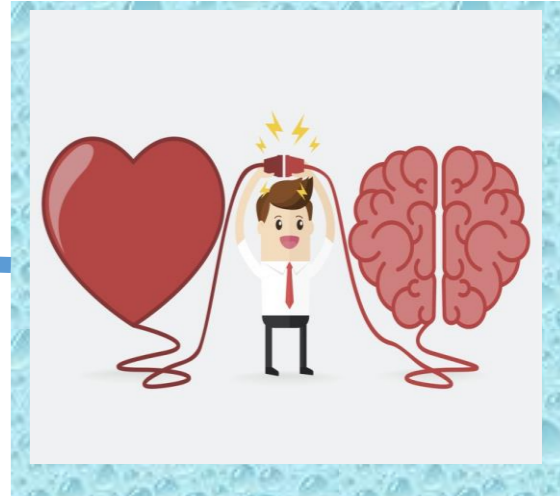
3.1 características de la inteligencia emocional

Se tienen fundamentos y bases definidas que sirven como base para acreditar y validar la inteligencia emocional



¿Qué es la inteligencia?
Es la capacidad de el ser humano para poder mejorar y resolver sus problemas en su entorno para poder tener una mejor calidad de vida

- Tipos de inteligencia**
- logico / matematico
 - linguisticas
 - visual espacial
 - interpersonal
 - fisico cenestica
 - musical



Su origen es desde 1990 aunque un par de años antes se tubo mencion

- Modelos de la inteligencia emocional**
- *La empatia
 - *Resolucion de problemas
 - *Relaciones sociales

¿La inteligencia emocional se controla o se regula ?
Solo se regula porque las respuestas emocionales son automaticas portanto se regula pero no se controla

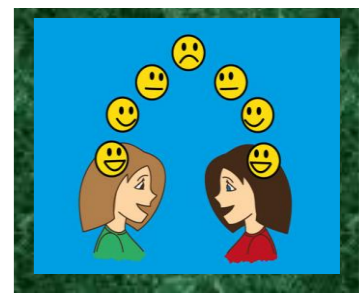
- Formas de inteligencia emocional**
- *De tipo basico como la sed, hambre, cansancio(primarias y son biologicas)
 - *Las sociales que sirven para los logros personales (secundarias)

3.2 Comunicación Emocional

Se puede definir como el acto que se tiene entre personas para tener una interaccion

En la comunicación emocional se transmite el sentimiento o la emocion de una persona a otra puede ser verbal o expresivas

- Importancia de la comunicación emocional**
- *Evitar conflictos
 - *Justificar actos
 - *Empatia
 - *Confianza (mejor relacion)



3.3 Liderazgo

Es la forma de crecimiento de forma emocional e intelectual para llevar acabo acciones que tienen como base la comunicación organizada

- ¿Como se llega al liderazgo?**
Mediante tres cosas basicas
- *Conocerte bien
 - *Tener empatia con los demas
 - *Saber comunicarnos bien

- Como se llega en 7 pasos**
- *Ver mas lejos de las fronteras
 - *Desafiar las cosas / suposiciones
 - *Tener vision del campo
 - *Formar equipo
 - *Tener alianzas
 - *Persistir e insistir
 - *Compartir los logros con los demas

