



Nombre de alumnos: Elizabeth de Jesús López Hernández.

Nombre del profesor: Javier Iván Godínez Hernández

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6° cuatrimestre

Grupo: "C"



Comitán de Domínguez Chiapas a 25 de julio de 2020.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es el que regula los actos interpersonales, así como dentro lo profesional y personal en el que se desenvuelve

CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es la que justifica, desde la base - inteligencia y emoción

Inteligencia

Es la capacidad de asociar varios fenómenos aislados y encontrar un nexo enfocado a resolver un problema

El psicólogo Howard Gardner propone la teoría sobre la inteligencia humana como: **Inteligencia lógico-matemática**, **inteligencia lingüística**, **inteligencia visual-espacial**, **inteligencia interpersonal**, **inteligencia intrapersonal**, **inteligencia físico-cenestésica**, **inteligencia musical**.

Inteligencia emocional

Inteligencia emocional implica que es una capacidad que se puede educar, cambiar, desarrollar y mejorar, como las habilidades intelectuales

Salovey y Mayer definen la **inteligencia emocional** como: **conocimiento de las propias emociones**, **capacidad de controlar las emociones**, **capacidad de auto motivarse**, **capacidad de reconocimiento de las emociones de los demás** y **control de las relaciones**

Las Emociones Pueden Regularse, No Controlarse

Regular las respuestas emocionales es una habilidad útil en muchos contextos sociales y también útil para el propio equilibrio y bienestar personal.

Emociones primarias: De logro: conseguir el éxito, evitar el fracaso y realizarse según un modelo establecido de éxito, De poder: necesidad de influir sobre los otros y ejercer control, De afiliación: necesidad de tener relaciones interpersonales afectivas.
Emociones sociales: Logro: excitación, entusiasmo, alegría, euforia, satisfacción, Poder: seguridad, tranquilidad, satisfacción, pasión, orgullo, plenitud, Afiliación: afecto, simpatía, aprecio, solidaridad. ternura. atracción. confianza

LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

La comunicación emocional es, sencillamente, la transmisión de nuestras emociones a otras personas

La importancia de la comunicación emocional.

- Pau Navarro nos habla que hay cuatro razones para aprender a comunicarse emocionalmente:**
- Evitar conflictos y discusiones. Las personas no podrán criticar nuestros argumentos ni nuestras opiniones
- Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más: Hablar de nuestras emociones hace que las demás personas nos conozca más.
- La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más: La comunicación emocional expone y nos protege nuestros sentimientos.
- Justificaremos más nuestros actos: Al hablar de nuestras emociones, podremos legitimar mejor lo que hagamos.

LIDERAZGO

Es una actividad humana que puede ser innovada y adaptarse a las nuevas ideas a través del crecimiento intelectual y organizacional

Primero: es preciso que los líderes se conozcan mejor ellos mismos, **la segunda:** desarrollar la capacidad de percibir las emociones en los otros lo que convencionalmente se le llama empatía, **la tercera:** saber comunicara percibir lo que les gusta, lo que no les gusta, lo que hacen bien y lo que hacen mal.

- Los líderes deben dominar siete capacidades esenciales:**
- Ver más allá de sus fronteras para descubrir lo que puede ser diferente:** Los líderes están ante la senda de un patrón de excelencia.
- Desafiar suposiciones.** Los nuevos líderes procuran descubrir nuevas ideas.
- Visión:** La visión ayuda superar las dificultades y ofrece el panorama general de donde la organización quiere estar en el futuro.
- Reunir aliados:** La importancia de formar colaboradores es obvia y confirmada por las investigaciones
- Crear un equipo:** El papel del líder es apoyar un equipo de entusiastas, como facilitador y no como entrenador.
- Persistir e insistir.** El cambio es una tarea ardua que, al principio, puede parecer un fracaso
- Compartir los méritos:** Aunque la idea inicial fuese suya, el líder debe repartir los créditos