



**Nombre de la alumna: Marisol Monserrat Velázquez Miguel**

**Nombre de la profesora: Lic. Adriana Maricela Morales Sol**

**Nombre del trabajo: Mapa conceptual “inteligencia emocional”**

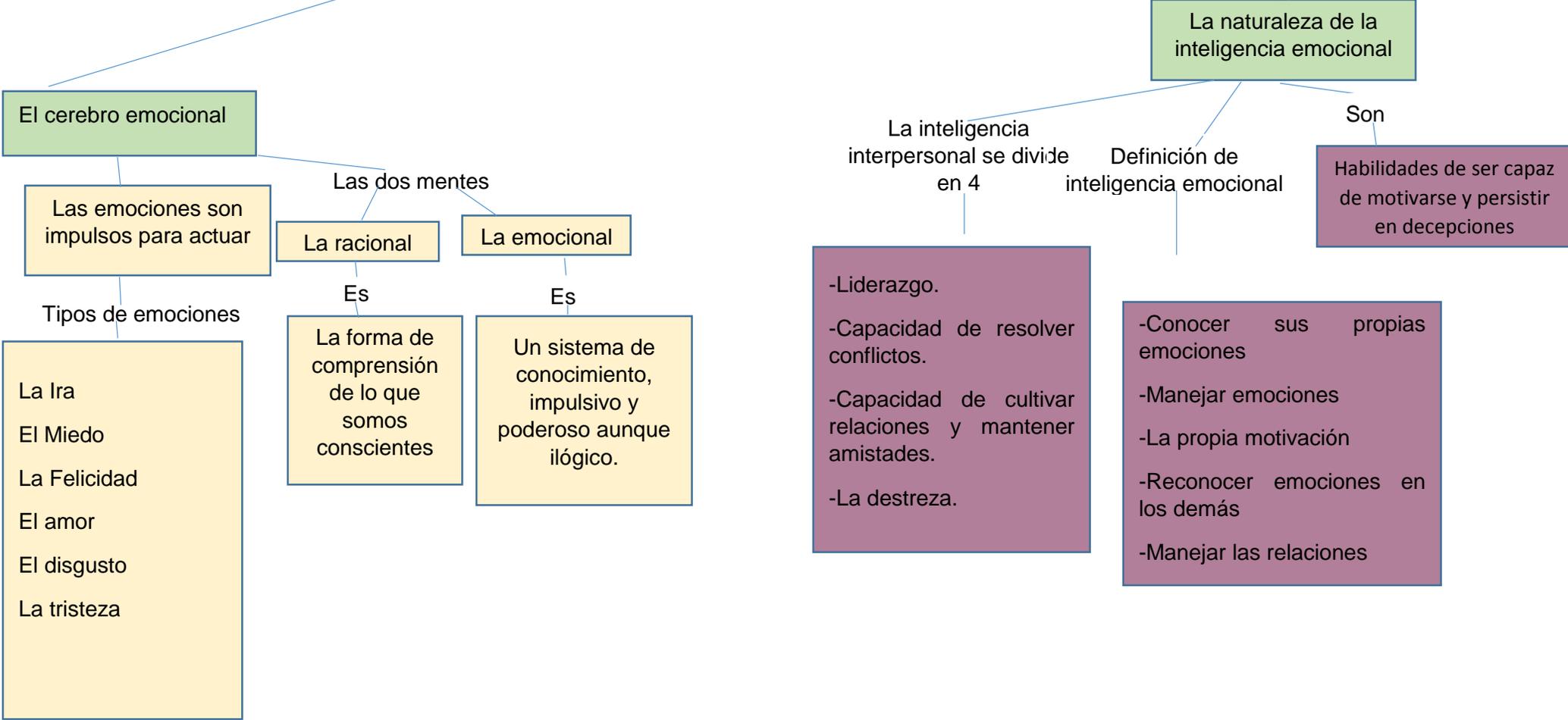
**Materia: desarrollo humano**

**Grado: Sexto cuatrimestre**

**Grupo: “C”**

**Frontera Comalapa Chiapas a 29 de mayo del 2020**

# Inteligencia emocional



Inteligencia emocional

La naturaleza de la inteligencia emocional

El cerebro emocional

Las emociones son impulsos para actuar

Las dos mentes

La racional

La emocional

Es

La forma de comprensión de lo que somos conscientes

Es

Un sistema de conocimiento, impulsivo y poderoso aunque ilógico.

Tipos de emociones

- La Ira
- El Miedo
- La Felicidad
- El amor
- El disgusto
- La tristeza

La inteligencia interpersonal se divide en 4

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

Definición de inteligencia emocional

- Conocer sus propias emociones
- Manejar emociones
- La propia motivación
- Reconocer emociones en los demás
- Manejar las relaciones

Son

Habilidades de ser capaz de motivarse y persistir en decepciones

Inteligencia emocional

La naturaleza de la inteligencia emocional

Estilos para responder y enfrentarse a las emociones

- Consciente de sí mismo
- Sumergido
- Aceptador

Niveles de la emoción

Consiente

Inconsciente

Anatomía de la ira

La ira se construye sobre la ira; el cerebro emocional se entona

Empatía

Surge de una especie de imitación física de la aflicción

Las artes sociales

El arte de las relaciones, exige la madurez de otras dos habilidades emocionales: autogobierno y empatía