

Cuadro sinóptico

Desarrollo humano

Lic. Bella Raquel Vázquez Ruiz

PRESENTA EL ALUMNO: Isidora Pérez de león

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

**6 CUATRIMESTRE “A” ciencias de la educación
semiescolarizado**

Frontera Comalapa

12 de junio del 2020

I
n
t
e
l
i
g
e
n
c
i
a

e
m
o
c
i
o
n
a
l

Inteligencia

Es una habilidad que, aplicada a los seres humanos se define como la capacidad de resolver problemas nuevos. Se fundamenta en la capacidad de asociar varios fenómenos aislados y encontrar un nexo enfocado a resolver un problema.

Inteligencia emocional

Es una capacidad que se puede educar, cambiar, desarrollar y mejorar, como las otras habilidades intelectuales. Al mismo tiempo, nos permite liberarnos de la creencia de que ante las emociones no se puede hacer nada que los seres humanos somos víctimas de nuestras emociones.

Controlar las emociones

Éstas no se pueden controlarse como se controla la velocidad al caminar. Es decir, yo puedo estar quieto, andar despacio, andar rápidamente o correr. Y esta conducta la puedo hacer sin necesidad de un estímulo exterior. Simplemente puedo decidir correr para ir a un lugar o decidir que llego tarde y aun así caminar tranquilamente

Regula emociones

Regular las respuestas emocionales es una habilidad útil en muchos contextos sociales y también útil para el propio equilibrio y bienestar personal. En el caso anterior, en un contexto muy formal de una reunión, una conferencia, una situación de compromiso, posiblemente la primera conducta no es la más adecuada.

Primarios y secundarios

Primarios son de tipo biológico como son: sed, hambre, cansancio, adaptación, evitación del dolor, peligro, exploración visual y manipulación.

Secundarios aquellos que no son necesarios para la supervivencia humana.

Comunicación emocional

Es el acto de transmitir correctamente un mensaje entre, mínimo, dos personas comunicar no implica únicamente enviar el mensaje sino hacer llegar su contenido a la otra persona la otra persona tiene que descifrar el mensaje, y tiene que entenderlo, sólo así la comunicación es completa.