

Inteligencia emocional

Materia: Desarrollo Humano

Lic. Bella Raquel López García

Presenta el alumno:

Félix Bonifacio Bravo Rodríguez

Licenciatura: Ciencias de la educación

Cuatrimestre: Sexto

Grupo: "A"

Frontera Comalapa, Chiapas; a 11 de junio de 2020.

Inteligencia emocional

Inteligencia

La inteligencia es una habilidad que, aplicada a los seres humanos, se define como la capacidad de resolver problemas nuevos.

El psicólogo Howard Gardner propone una visión más profunda y desarrolla una teoría en la cual define la inteligencia humana en siete dimensiones. Estas inteligencias son: a) Inteligencia lógico-matemática. Habilidad para usar el razonamiento. b) Inteligencia lingüística. c) Inteligencia visual-espacial. d) Inteligencia interpersonal. e) Inteligencia intrapersonal. f) Inteligencia físico-cenestésica. g) Inteligencia musical.

Inteligencia emocional

El concepto de inteligencia emocional implica que 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.

Habilidades o competencias propias de la inteligencia emocional

las competencias personales (inteligencia intrapersonal según el modelo de Gardner)

a) Conocimiento de uno mismo, b) Capacidad de gestionar y regular las emociones, c) Motivación, d) La autoconsciencia

competencias sociales (inteligencia interpersonal, según el modelo de Gardner)

a) Empatía y conocimiento de las emociones de los otros y de sus respuestas para actuar de manera adecuada, b) Resolución de conflictos en las relaciones con los demás, c) Habilidades sociales en las relaciones con los demás.

la comunicación emocional

La comunicación emocional es, sencillamente, la transmisión de nuestras emociones a otras personas. Comunicar de forma emocional implica tener claro qué emociones estamos sintiendo y qué van a sentir los demás cuando se las transmitamos.

Por tanto, la comunicación emocional es aquella que tiene en cuenta las emociones de la persona que comunica, es decir el emisor, pero también de la persona o grupo de personas que reciben el mensaje, es decir los receptores.

importancia de la comunicación emocional

1) Evitar conflictos y discusiones, 2) Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más, 3) La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más, 4) Justificaremos más nuestros actos.