

UNIVERSIDAD
DEL SURESTE



DESARROLLO HUMANO

Daniela Mildred Ramos Aquino

6to D

Docente. Alberto de Jesús López Muñoz

31 de Julio del 2021

INTELIGENCIA EMOCIONAL

La Inteligencia Emocional es uno de los conceptos clave para comprender el rumbo que ha Tomado la psicología en las últimas décadas.

Características de la inteligencia emocional

Son

Comunicación emocional

Es

Liderazgo

Es

• Origen del término. La inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades destrezas matemáticas o lingüísticas puesto que existe un gran abanico de inteligencias que deben ser tenidas en cuenta.

• Inteligencia tradicional. Aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está de un CI (coeficiente intelectual) que indica cuán ii

• Capacidades emocionales adquiridas. La inteligencia emocional es un concepto que viene de la mano de una nueva concepción mediante la cual se tiene en cuenta que la inteligencia no es pura y exclusivamente una cuestión de capacidades innatas sino que, por el contrario el cerebro aprende a lo largo de toda la vida de la persona y ésta será mediada en gran parte por la inteligencia emocional.

• Reconocimiento y dominio de emociones. Es capaz de reconocer las propias emociones y dominarlas así como también es capaz de reconocer las emociones ajenas y comprender más allá de lo que expresan las palabras.

• Flexibilidad y adaptabilidad. No sólo bastaba con un alto CI sino que, la persona era mucho más productiva si poseía un control de la inteligencia emocional puesto que esto le generaba mucha más adaptabilidad y flexibilidad ante los cambios.

• Empatía. una persona con inteligencia emocional tiene empatía pero utiliza esta habilidad para poder resolver una situación determinada. Es decir, no solo comprende las emociones propias y ajenas sino que las transforma para el beneficio de ambas.

• educación de las emociones

• solidaridad con otros

• acertividad

• capacidad para liderar

Consiste en saber Transmitir nuestras emociones a nuestro público, ya sea una audiencia multitudinaria o una única persona que está pendiente de lo que decimos.

“La esencia misma de liderazgo es tener visión. Tiene que ser una visión que se debe expresar clara y vigorosamente en cada ocasión.”

Tres teorías

Requiere

Personalidad
Análisis
Logro
Interacción

Teoría del atributo
Teoría de los grandes acontecimientos
Teoría del liderazgo

Afectos

Son

Como señales, los afectos funcionan automáticamente y cumplen una función reguladora.

Autoestima

Es

El significado primordial de la autoestima es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad.

Respeto a mí mismo

Es

El respeto no es un agregado de nuestra persona, sino una característica esencial del ser humano, es un derecho y una obligación que se tiene por el simple hecho de existir y, más que tener que ver con la sumisión, está relacionado con la aceptación al otro y a nosotros mismos de forma incondicional. Más aún, el respeto a uno mismo y a los demás, tiene que ver con el reconocimiento de la dignidad humana, la propia y la de los otros.

Pilares

Sana autoestima

Vivir conscientemente
Aceptarse a sí mismo
Autorresponsabilidad
Autoafirmación
Vivir con propósito
Integridad personal

Vivir el presente
Tener una visión positiva
Aceptar que está en continuo desarrollo
Aceptarse a sí mismo
Ser responsable, no culpable
Reconocer los logros y capacidades
Vivir por propósitos claros y objetivos bien definidos
Salir de nuestra zona de confort
Trabajar los pensamientos limitantes y forma de pensar
Hacer ejercicio

PERSONALIDAD SALUDABLE

Es

Entre los rasgos que se identificaron en el estudio, está una alta apertura a sentimientos.

También, bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo. Por otro lado, la tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable fue asociada con una personalidad poco saludable. Estas características parecen ser preferidas universalmente.

Amor, genialidad y erotismo

Incluye

El amor es un impulso y una motivación más que una emoción. Nos hace sentir que estamos en lo más alto, pero también puede llevarnos a la autodestrucción si no sabemos gestionar correctamente el desamor.

Es un concepto parcial del sexo del individuo y de su conducta sexual, reduciendo ambos conceptos al aspecto anatómico fisiológico de los órganos genitales o reproductores.

El Eros freudiano: la sexualidad y la cultura El eje problemático del erotismo, tal como es postulado por Marcuse, proviene de la teoría freudiana y es reelaborado en su obra en sintonía con algunas categorías del marxismo.

Desarrollo y Trascendencia Humana

Es

La trascendencia es la armonía entre la vida interna y la vida exterior, es la creencia en la vida

Humana de que cada uno de nosotros vino de algún lugar, y está destinado a algún lugar

Específico, es también es la capacidad humana por la excelencia, es la aptitud que tiene el ser

Hombre de decidir sus acciones, de elegir la calidad de vida que desea y de esforzarse en

Llegar a sus metas.

