



Nombre: Carlos Alberto Avendaño Ballinas.

Docente: Javier Iván Godínez.

Asignatura: Desarrollo Humano.

Licenciatura: Nutrición.

Grado y Grupo: 6-A.

Universidad: UDS.

Actividad: Mapa Conceptual.

Inteligencia Emocional.

¿Qué ES?

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

A que nos ayuda.

nos ayuda a entender de qué manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligente tanto sobre nuestras emociones como en nuestra interpretación de los estados emocionales de los demás.

Las Emociones.

Si pensamos detenidamente en la trascendencia de nuestras emociones en nuestra vida diaria nos daremos cuenta rápidamente que son muchas las ocasiones en que éstas influyen decisivamente en nuestra vida, aunque no nos demos cuenta.

Comunicación Emocional.

¿Qué es?

La comunicación Emocional se refiere al proceso de usar mensajes para intercambiar información, comprender e influir en los estados emocionales de los demás.

Donde es que existe la comunicación.

La comunicación existe siempre, en todo momento, un ejemplo de ello es lo que llamamos comunicación no verbal.

Características De La Inteligencia Emocional.

La inteligencia emocional surge como un concepto completamente novedoso acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995.

Inteligencia Tradicional.

Es aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente intelectual) que indica cuán inteligente (capacidades académicas).

Capacidades Emocionales.

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.