



Nombre de alumnos: Andrés de Jesús López López

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre del trabajo: Elaboración de un mapa conceptual

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6° Cuatrimestre

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de junio de 2021.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Referido a

Su definición

Siendo considerado:

Como un constructo que permite influir

De modo:

Adaptativo e inteligente

Sobre nuestras:

Emociones como en nuestra interpretación de las emociones de los demás

Teniendo ciertas:

Características fundamentales

Como, por ejemplo:

La inteligencia tradicional

La solidaridad con otros

La flexibilidad y adaptabilidad

La empatía

La comunicación emocional

Definiéndose como:

La transmisión de nuestras emociones a otras personas

El cual implica:

Tener claro qué emociones estamos sintiendo

Y que emociones:

Van a sentir los demás cuando se las transmitamos

Con el fin de:

Dar un mensaje mas efectivo

Es por ello que:

Navarro menciona la importancia de ejercer esta comunicación

Que son para:

Evitar conflictos

Empatizar mejor

Crear un vínculo confiable

Justificar nuestros actos

El liderazgo

El cual:

Convierte una visión en realidad

Teniendo una:

Influencia sobre sus seguidores en la forma de actuar

Por lo tanto:

El liderazgo requiere de ciertos elementos

El liderazgo requiere ciertas aptitudes

Como:

Personalidad, logro y análisis

Como:

Visión, habilidad y preparación

Los afectos

Enfocado en:

El autoestima

Que se refiere a:

La confianza en nuestra capacidad de pensar

Debido a que:

Es parte de la identidad personal

Nutrido de:

Las capacidades provenientes de la provenientes

Ademas de:

Tener pilares esenciales:

Que son:

Aceptarse a si mismo

Integridad personal

Vivir conscientemente y con un propósito

Autorrespnsabilidad y autoafirmacion

Que significa:

Vivir conscientes de nuestra integridad

Y también:

De la integridad de los otros

Derivado de:

La dignidad humana

Haciéndonos ver:

Como personas completas

Donde:

Hidalgo menciona claves para poseer autoestima

Tales como:

Vivir el presente

O también:

Mantener una visión positiva

Sobre todo:

Aceptándose a si mismo

CONCLUSIÓN

Para culminar con el trabajo presentado, únicamente analizaremos de forma breve lo expuesto en el mapa conceptual. Como bien sabemos la inteligencia emocional se puede considerar como una habilidad que permite percibir, influir y valorar nuestras emociones de forma inteligente, y también con las emociones de los demás. Es por ello que este concepto se ha convertido en una herramienta necesaria para el correcto funcionamiento de una persona y de su relación con el exterior, permitiendo mantener un equilibrio sobre las formas de reacción emocional, ayudándonos a ser mejores personas y tener mejores relaciones. Dentro de todo, la inteligencia emocional es un factor que da paso a generar empatía y solidaridad como principios esenciales, con los demás, debido a que todo se relaciona con el termino de comprender a la otra persona, sobre todo en su forma de sentir, es por ello que la inteligencia emocional combina estos términos con el fin de generar un impacto positivo en la vida personal, dando paso a comprender, percibir e influir en la vida de otra persona. Lo mismo pasa si incluimos la comunicación emocional, el cual se centra en transmitir un mensaje, teniendo en cuenta de forma primordial que emociones estamos sintiendo y que emociones sentirá la personas con la que deseemos comunicarnos, esto para empatizar de mejor forma, como ya se había mencionado antes, también para evitar conflictos y sobre todo para crear un vínculo confiable, logrando transmitir un mensaje efectivo.

Por otra parte, la autoestima se considera como un pilar fundamental que permite obtener la inteligencia emocional, ya que este término configura la funcionalidad de una persona. El hecho de valorarse y de creer en las propias capacidades hace de una persona íntegra, capaz y única que puede tener una madurez emocional en un nivel alto, siendo capaz de influir en las demás personas, ayudándolos a sobresalir en sus problemas emocionales. En fin, el lograr la inteligencia emocional, no depende de factores externos, sino de la propia capacidad intelectual que la persona tenga, eso hace ser únicos y originales en nuestra forma de manejar y expresar tales sentimientos

Referencias

UDS (29 de Junio del 2021). *Antologia Desarrollo Humano*.

Regader, B. (s.f.). *psicologiamente*. Obtenido de <https://psicologiamente.com/inteligencia/inteligencia-emocional>

Anonimo. (29 de 09 de 2017). *ElblogdeBAV*. Obtenido de <https://www.crbard.com/vab-guide/El-blog-de-BAV/inteligencia-emocional>