



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Ana cristel camas alvarez

Nombre del tema: INTELIGENCIA EMOCIONAL

Parcial: 3 parcial

Nombre de la Materia: Desarrollo humano

Nombre del profesor: Lic. Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6to

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Un modelo preocupado fundamentalmente en los trastornos mentales por un lado y por las capacidades de razonamiento por el otro, se ha pasado a otro en el que se considera que las emociones son algo intrínseco a nuestro comportamiento y actividad mental no patológica y que, por consiguiente, son algo que debe ser estudiado para comprender cómo somos, la Inteligencia Emocional es un constructo que 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.

La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner, la teoría de Raymond Cattell (y otros) que explicaba las diferencias entre Inteligencia fluida y cristalizada, o la Inteligencia Emocional que popularizó Daniel Goleman, las emociones juegan un papel vital en nuestro día a día, 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, pero sirven para percatarse de que es necesario prestar más atención a esta clase de habilidades emocionales, que pueden marcar nuestra vida y nuestra felicidad tanto o más que nuestra capacidad para puntuar alto en un test de inteligencia convencional, para eso es importante profundizar en la Inteligencia Emocional.

CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Origen del término

Surge como un concepto completamente novedoso acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995, explica como la inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades o destrezas matemáticas o lingüísticas

La inteligencia tradicional

Se se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente intelectual) que indica cuán inteligente (capacidades académicas), alta estima, gran respeto, grandes logros a nivel personal, llegaba a ser un líder nato.

Las capacidades emocionales adquiridas

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, el cerebro aprende a lo largo de toda la vida de la persona

Reconocimiento y dominio de emociones

Una persona con este tipo de inteligencia 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

Las personas con una gran capacidad de inteligencia emocional tienen el control de las emociones y, por ende, presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos, una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos.

Empatía

Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente, en otras palabras, la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona, no solo comprende las emociones propias y ajenas, sino que las transforma para el beneficio de ambas

Educación de las emociones

Hoy en día es preciso y posible, según la inteligencia emocional, reeducar aquellas emociones dañinas sentimientos de rencor, ira, odio y transformarlos en sentimientos positivos que ayuden a cada persona en su vida y en relación con otras personas.

Solidaridad con otros

Una persona con alta inteligencia emocional tendrá el sentimiento de solidarizarse en relaciona a otros, este concepto no sólo incluye cuestiones económicas o materiales, sino que, también, implica la solidaridad desde lo emocional, la contención o la palabra que otra persona necesita.

Asertividad

Una persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones, es decir sus emociones no le dominan, sino que utiliza el reconocimiento de estas para su beneficio y el de los demás.

Asertividad

Busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas, esto, lo ejecuta no solo desde la palabra sino también desde la percepción, comunicando de manera global y dirigiendo a un grupo ya sea de trabajo, de estudio, religioso

COMUNICACIÓN EMOCIONAL

Domenech Benaiges (2014), la comunicación 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

LIDERAZGO

convierte una visión en realidad, para influir sobre los seguidores de modo que muestren disposición al cambio, los líderes necesitan una serie específica de aptitudes que guíen sus acciones, se pueden concebir como las herramientas interiores para motivar a los empleados, dirigir los sistemas y procesos

EVALUACIÓN EXACTA Y RÁPIDA DE LA SITUACIÓN

CAPACITACIÓN/PREPARACIÓN

PERSONALIDAD

ANALISIS

LOGRO

INTERACCION

HABILIDADES DE LIDERAZGO

VISION

DESARROLLO DE EQUIPO

RESOLUCIÓN DE CONFLICTO CON GANANCIA POR AMBAS PARTES

Las emociones tendrán que leerse, si lo hacemos por teléfono tendremos que saberlo transmitir por el tono de voz y el modo de hablar en general, en función del canal variará el modo de transmitir las emociones. Si lo hacemos cara a cara podemos tocar, sonreír, mirar.

TEORIAS DEL LIDERAZGO

TEORÍA DEL ATRIBUTO

TEORÍA DE GRANDES ACONTECIMIENTOS

TEORÍA DEL LIDERAZGO TRANSFORMADOR

LIDERAZGO ES INFLUENCIA

Involucra influir de alguna manera sobre los empleados, miembros o seguidores para llevar a cabo las metas de la organización o del grupo, el conocimiento, las actitudes y las conductas utilizadas para influir sobre las personas para conseguir la misión deseada.

LIDERAZGO TRANSFORMADOR

Incluye visión, planificación, comunicación y acción creativa, tiene un efecto unificador positivo en un grupo de personas en torno a una serie de valores y creencias claras para cumplir un conjunto claro de metas mensurables, el método de transformación impacta simultáneamente en el desarrollo personal y la productividad organizativa.

LOS CUATRO PARES

INTUICIÓN/PRACTICIDAD

SENTIMIENTO/PENSAMIENTO

INTROVERSIÓN/EXTROVERSIÓN

PERCEPCIÓN/JUICIO

AUTOESTIMA

APECTOS

RESPECTO A SI MISMO

En la vida cotidiana una variedad de afectos regula el interés, el compromiso, el aburrimiento, la frustración y su conexión con el mundo puede ser ordenada en una dimensión placer-displacer (véase Blau, 1955; Castelnuovo-Tedesco, 1974; Jacobson, 1953, 1957; Novey, 1961; Rangell, 1967), las señales de afecto hacia los otros eran consideradas como importantes no sólo en el desarrollo temprano (Basch, 1976; Rapaport, 1953; Schur.

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. Nathaniel Branden, psicoterapeuta canadiense, da la siguiente definición de autoestima, la autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias.

"Respétate a ti mismo y los demás te respetarán"
Respetarnos a nosotros mismos es vivir conscientes de nuestra propia integridad y, por lo tanto, también de la integridad de los otros. Se deriva de la dignidad humana y nos hace capaces de vernos como personas completas, integrales y con valor intrínseco, 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 más que tener que ver con la sumisión.

PILARES DEL AUTOESTIMA

VIVIR CONSCIENTEMENTE

ACEPTARSE A SÍ MISMO

AUTORRESPONSABILIDAD

INTEGRIDAD PERSONAL

AUTOAFIRMACIÓN

VIVIR CON PROPÓSITO