



Nombre del alumno: Aldrin Villatoro

Nombre del profesor: Luis Angel Galindo Arguello

Nombre del trabajo: súper nota

Materia: desarrollo humano

Grado: 6

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas, 10 de julio del 2022

INTELIGENCIA EMOCIONAL

inteligencia emocional

La inteligencia emocional refiere a las capacidades y habilidades psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas.



características de la inteligencia emocional

- Origen del término La inteligencia emocional surge como un concepto completamente novedoso acuñado del psicólogo, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995
- La inteligencia tradicional.
- Las capacidades emocionales adquiridas
 - Reconocimiento y dominio de emociones
 - Reconocimiento y dominio de emociones
- empatía
- educación de las emociones
- solidaridad con otros
- actividad
- capacidad para aprender

comunicación emocional

La comunicación emocional es, sencillamente, la transmisión de nuestras emociones a otras personas. Es la inclusión de nuestras emociones en lo que comunicamos, es el uso de las emociones para que el mensaje sea más efectivo.

Comunicar de forma emocional implica tener claro qué emociones estamos sintiendo y qué van a sentir los demás cuando se las transmitamos. Las emociones se contagian, se propagan.



liderazgo

Se define a los líderes como las personas capaces de guiar e influir a otras personas o grupos de personas, y que éstos además lo reconozcan como tal.

habilidades de liderazgo

Habilidades de liderazgo: los líderes poseen atributos (intenciones, valores, ética, carácter, conocimiento, valentía y destreza).

- Visión
- Desarrollo de equipos
- Resolución de conflicto con ganancia por ambas partes
- Evaluación exacta y rápida de la situación

>Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.



autoestima

La autoestima es la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.

La psicóloga experta en 'coaching' revela las diez claves imprescindibles para poseer una autoestima sana:
Vivir el presente, tener una visión positiva, aceptar que esta, en continuo desarrollo, aceptarse a sí mismo, ser responsable, no culpable, reconocer los logros y capacidades, vivir con propósitos claros y objetivos bien definidos, salir de nuestra zona de confort, trabajar los pensamientos limitantes y el lenguaje verbal y hacer deporte

Conclusión

La inteligencia emocional es la capacidad de poder controlar las emociones, de saber expresar lo que sientes pero sabiendo hasta donde es prudente decir y hasta donde no, antes e creía que alguien que sea un líder o pueda ser muy hábil en la vida debería de tener un coeficiente intelectual alto, pero realizando estudios no sabían por que algunas personas que si tenían estas habilidades y no tenían el coeficiente intelectual alto, entonces es ahí que no solamente el CI, importa sino también como controlas las emociones y como te comunicas

La comunicación de las emociones es muy importante para que te puedas dar a entender,

La comunicación emocional es aquella que transmite sentimientos, emociones y deseos, y tiene un alto componente de contacto físico. Por ejemplo, no es lo mismo decir “me gustaría abrazarte” a en realidad dar un abrazo que exprese todo a través de la energía de tu cuerpo y tu intención.

Bibliografía:

Concepto líder,

<https://concepto.de/lider/>

Antología de desarrollo humano

Universidad Del Sureste 2022

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LMV/66abc2be0b3653f53b6d57e935bb6523-LC-LMV606%20DESARROLLO%20HUMANO.pdf>