



Mi Universidad

Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: Anyeli Guadalupe Ordoñez Lopez

Nombre del tema: Inteligencia Emocional

Parcial: 3er parcial

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina Román

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6to Cuatrimestre

Lugar y Fecha de elaboración

Comitán de Domínguez, Chis. A 07/07/22

INTELIGENCIA EMOCIONAL

ES:

Es uno de los conceptos clave para comprender el rumbo que ha tomado la psicología en las últimas décadas.

¿Qué papel juegan?

Nos daremos cuenta rápidamente que son muchas las ocasiones en que éstas influyen decisivamente en nuestra vida, aunque no nos demos cuenta.

Gran parte de nuestras decisiones son influenciadas en mayor o menor grado por las emociones.

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

Se divide en:

- Inteligencia tradicional CI
- Capacidad emocional adquirida
- Reconocimiento y dominio de las emociones
- Flexibilidad y adaptación
- Empatía
- Educación de las emociones
- Solidaridad con los otros
- Asertividad
- Capacidad para liderar

Comunicación emocional

1. Percibir la emoción. Esta primera habilidad implica, como lo indica el término, poder leer las emociones con precisión. ...
2. Facilitar la emoción. Esta habilidad emocional nos permite utilizar nuestra agudeza emocional para prepararnos para tomar decisiones.
3. Entender la emoción. Las emociones rara vez permanecen estáticas en el tiempo. ...
4. Manejar la emoción.

Liderazgo

Consiste en asegurarse que todas las personas tengan todo lo que necesitan para realizar la misión de la organización.

Teoría del Atributo: algunas veces los atributos de la personalidad pueden llevar a las personas de una manera natural a funciones de liderazgo, aunque esto no es común.

Teoría de Grandes Acontecimientos: una crisis o un acontecimiento importante puede generar cualidades extraordinarias de liderazgo en una persona ordinaria.

Teoría del Liderazgo Transformador: las personas pueden decidir convertirse en líderes aprendiendo destrezas de liderazgo.

Afectos

AUTOESTIMA:

Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamientos dirigidos hacia uno mismo, hacia nuestra manera de ser, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter.

RESPETO A UNO MISMO:

Para respetarnos a nosotros mismos debemos reconocer nuestras necesidades y anhelos y satisfacerlos. Normalmente esto se equipara con egoísmo, pero no es así.

PILARES DEL AUTOESTIMA :

Vivir concientemente
Aseptarse uno mismo
Asumir las responsabilidades de uno mismo
Autoafirmación
Integridad personal

PROMOCION DE UNA SANA AUTOESTIMA:

Vivir el presente
Tener una visión positiva
Aceptar que se está en constante desarrollo
Aceptarse a si mismo

BIBLIOGRAFIA:
ANTOLOGIA DE DESARROLLO HUMANO.