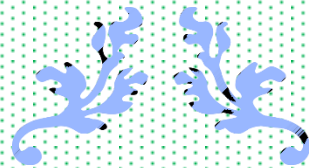
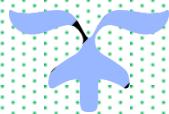




UNIVERSIDAD DEL
SURESTE



DESARROLLO HUMANO



CATEDRATICO: SANDY NAXCHELY

MOLINA ROMAN

ALUMNO: CEFERINO SANTIZ LOPEZ

CUATRIMESTRE VI

1 DE AGOSTO DE 2022

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Origen Del Termino

Fue propuesto en 1995 por el psicólogo, periodista y profesor estadounidense Daniel Goleman en su libro "Inteligencia emocional", en el que explicó su estudio sobre este tipo de inteligencia y sus alcances y beneficios en el campo de la administración de las empresas.



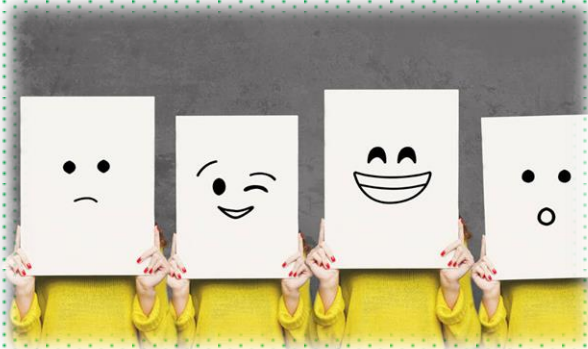
Las capacidades emocionales adquiridas

- La conciencia emocional.
- El manejo de las emociones.
- La motivación.
- Las relaciones interpersonales.
- Habilidades sociales



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.



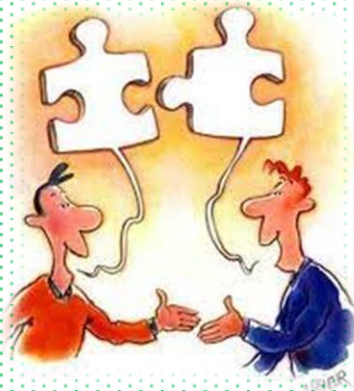
Empatía

La empatía es la capacidad que tiene una persona de percibir los pensamientos y las emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar, es decir, como un individuo similar con mente propia.



Asertividad

Ese proceso de comunicación hay que ser capaz de dar un paso más para no solo expresar, sino defender ideas y derechos respetando siempre a los demás. Inteligencia emocional implica también saber decir "no".



Habilidades sociales.

Las anteriores características ayudan a que la persona con inteligencia emocional sepa gestionar correctamente sus habilidades sociales para tener contacto con todo tipo de personas y generar confianza.



Autocontrol

Son las bases de la inteligencia emocional. Cuando uno es consciente de sus emociones es más fácil distanciarse de la situación que las ha provocado, lo que permite un mejor control emocional.



Capacidades para liderar

Una persona que tenga en consideración estas características podrá ser un líder para otros, puesto que, a pesar de las dificultades una persona con inteligencia emocional no se abruma por los desafíos que se le presenten.



REFERENCIAS

(s.f.). Obtenido de <https://www.isesinstituto.com/noticia/10-claves-sobre-la-inteligencia-emocional>

Inteligencia emocional definición y características. (24 de ABRIL de 2018). Obtenido de Inteligencia emocional definición y características: <https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/inteligencia-emocional-definicion-y-caracteristicas>

Uriarte, J. M. (21 de MAYO de 2021). *INTELIGENCIA EMOCIONAL*. Obtenido de INTELIGENCIA EMOCIONAL: Julia Máxima Uriarte