

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE
LICENCIATURA EN ENFERMERÍA
GENERAL**

ALUMNA: GUTIÉRREZ HERNÁNDEZ CHRISTIANI LISSETH

GRUPO: LEN10SSC0720-A

ASIGNATURA: DESARROLLO HUMANO

**DOCENTE:
EMMANUEL MOSCOSO**

**TRABAJO:
MAPA CONCEPTUAL INTELIGENCIA EMOCIONAL**

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIAPAS 29 DE JULIO 2022

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es uno de los conceptos clave para comprender el rumbo que ha tomado la psicología, 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

Ante esta realidad, cabe resaltar que existen personas con un dominio de su faceta emocional mucho más desarrollado que otras. Y resulta curiosa la baja correlación entre la inteligencia clásica (más vinculada al desempeño lógico y analítico) y la Inteligencia Emocional.

COMUNICACIÓN EMOCIONAL

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

La importancia de la comunicación emocional

Para Pau Navarro (2014), existen cuatro razones para aprender a comunicarse emocionalmente

Origen del término

La inteligencia emocional surge como un concepto completamente novedoso acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995, quien escribió un libro titulado "La inteligencia emocional".

La inteligencia tradicional

La inteligencia tradicional, aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente intelectual) que indica cuán inteligente (capacidades académicas) tiene.

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

Las capacidades emocionales adquiridas

el cerebro aprende a lo largo de toda la vida de la persona y ésta será mediada en gran parte por la inteligencia emocional.

Flexibilidad y adaptabilidad

presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos, una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos.

Empatía

La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente.

Educación de las emociones

reeducar aquellas emociones dañinas (sentimientos de rencor, ira, odio, etc.) y transformarlos en sentimientos positivos.

Flexibilidad y adaptabilidad

presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos, una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos.

Solidaridad con otros

sentimiento de solidarizarse en relación a otros. incluye cuestiones económicas, materiales y emocional

Asertividad

sus emociones no le dominan, sino que utiliza el reconocimiento de estas para su beneficio y el de los demás.