

Nombre del Alumno

Diana Patricia Castillejos López

Nombre del tema

Inteligencia emocional

Parcial

Tercer parcial

Nombre de la Materia

Desarrollo humano

Nombre del profesor

Mónica Lisseth Quevedo Pérez

Nombre de la Licenciatura

Lic. Enfermería

Cuatrimestre

Sexto cuatrimestre

INTELIGENCIA EMOCIONAL

La Inteligencia Emocional es uno de los conceptos clave para comprender el rumbo que ha tomado la psicología en las últimas décadas.

¿EN QUÉ CONSISTE?
Siempre hemos oído decir que el Cociente intelectual (IQ) es un buen indicador para saber si una persona será exitosa en la vida. La puntuación del test de inteligencia, decían, podría establecer una relación fuerte con el desempeño académico y el éxito profesional.

CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

ORIGEN DEL TÉRMINO

LA INTELIGENCIA TRADICIONAL

LAS CAPACIDADES EMOCIONALES ADQUIRIDAS

RECONOCIMIENTO Y DOMINIO DE EMOCIONES

FLEXIBILIDAD Y ADAPTABILIDAD

EMPATÍA

EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES

SOLIDARIDAD CON OTROS

ASERTIVIDAD

CAPACIDADES PARA LIDERAR

COMUNICACIÓN EMOCIONAL

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.

La comunicación emocional es, sencillamente, la transmisión de nuestras emociones a otras personas.

Controlar las emociones es una forma de convencer

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

LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

1. Evitar conflictos y discusiones
2. Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más.
3. La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más
4. Justificaremos más nuestros actos.

LIDERAZGO

Liderazgo convierte una visión en realidad.

se pueden concebir como las herramientas interiores para motivar a los empleados, dirigir los sistemas y procesos, y guiar a la organización hacia metas comunes que le permitan alcanzar su misión.

Este manual trata sobre aptitudes de liderazgo: el conocimiento y las habilidades requeridas para ser no solamente un jefe, sino también un líder

Las aptitudes de liderazgo incluyen:

✓ Habilidades de liderazgo: los líderes poseen atributos (creencias, valores, ética, carácter, conocimiento, valentía y destrezas)

3.4 AFECTOS

AUTOESTIMA

El significado primordial de la autoestima 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.

RESPECTO A SI MISMO

En cuanto al respeto a los demás, la palabra misma es entendida de diversas maneras, tanto, que muchas veces se tiene la creencia de que respetar al otro implica un acto de sumisión, es decir, que deberíamos renunciar a una parte de nuestra esencia y ceder ante el deseo del otro, olvidando lo que somos, lo que queremos y lo que valemos

PILARES DE LA AUTOESTIMA

- Vivir conscientemente
- Aceptarse a sí mismo.
- Autorresponsabilidad.
- Autoafirmación
- Vivir con propósito.
- Integridad personal