

Universidad del sureste

Nombre: Kevin Manuel de la Cruz Pérez

Desarrollo Humano

Catedrático: ALBERTO DE JESUS
LOPEZ MUÑOZ

6 cuatrimestre

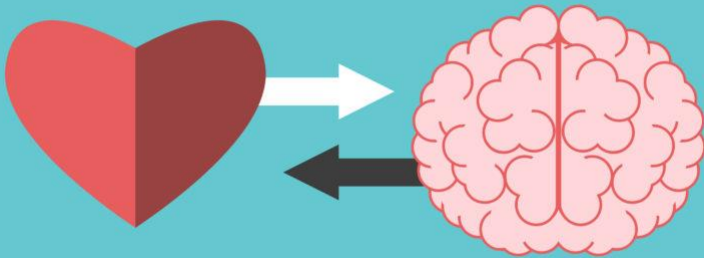
Grupo: A

Correo electrónico: koby_manuel@hotmail.com

Super nota

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

De un modelo preocupado fundamentalmente en los trastornos mentales por un lado y por las capacidades de razonamiento por el otro, se ha pasado a otro en el que 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.



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.

No obstante, los investigadores y las corporaciones empezaron a detectar hace unas décadas que las capacidades y habilidades necesarias para tener éxito en la vida eran otras, y éstas no eran evaluables mediante ningún test de inteligencia. Es necesario tener en cuenta una concepción más amplia de lo que son las habilidades cognitivas básicas, aquello que entendemos que es la inteligencia.

Tipos de inteligencia según Goleman

Autocontrol emocional. El autocontrol emocional es un de los tipos de inteligencia según Goleman que permite gestionar de forma adecuada las emociones y el control de las mismas. ...

Automotivación. ...

Habilidades sociales. ...

Empatía.





Expertos en psicología sostienen que la personalidad se crea a partir de cinco pilares. Extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neuroticismo.

Cada uno de estos rasgos tiene un número de sub características que definen la forma de ser de cada individuo.

Entre los rasgos que se identificaron en el estudio, está una alta apertura a sentimientos. También, bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo. Por otro lado, la tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable fueron asociadas con una personalidad poco saludable. Estas características parecen ser preferidas universalmente.



La búsqueda de la trascendencia, es una necesidad natural del ser humano consciente en dejar un legado o unas huellas a ser seguidas. Esta herencia, enseñanza o sendero, permite el perfeccionamiento consciente y libre de su ser-holístico.