



Nombre de alumno: Emanuel de Jesús Samayoa Hernández.

Nombre del profesor: Lic. Ana Laura Culebro

Nombre del trabajo: U3T1

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6to cuatrimestre LAN

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 09 de julio de 2023

Unidad 3. Inteligencia emocional

Elaboró: Emanuel Samayoa

1

Origen del término...

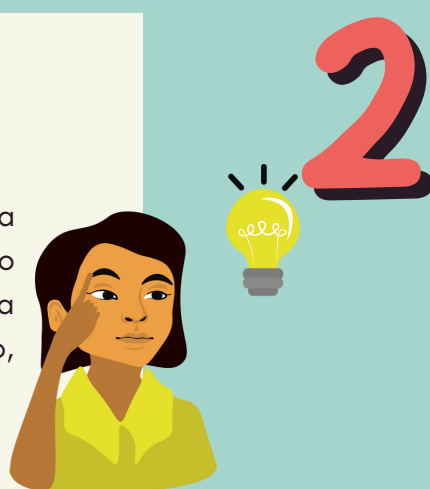
Para empezar, definimos la inteligencia emocional como la capacidad de identificar los sentimientos propios y los de otros, de modo que podemos gestionarlos adecuadamente, para no afectar a los demás ni a nosotros mismos.

Quién acuñó este término por primera vez fue Daniel Goleman en 1995.



Inteligencia tradicional

Inicialmente se pensaba que una persona inteligente era aquella que era buena en la escuela, sin embargo, esto va más ligado a capacidad de análisis, es decir, es la capacidad de una persona en función del intelecto, dirigido a razonamiento y análisis.



3

Capacidades emocionales adquiridas

Contraria a la inteligencia tradicional, la emocional contempla todo el aprendizaje que el cerebro adquiere a través de su desarrollo, y la gestión de la inteligencia tradicional.

Un índice alto de IE sugiere capacidades sociales altas.



Reconocimiento y dominio de emociones

Una persona con inteligencia emocional muy desarrollada es capaz de gestionar e identificar sus emociones, además de poder reconocer las ajenas sin que sea necesario que estas se expresen con palabras.



5

Flexibilidad y adaptabilidad

Cuando se tiene una inteligencia emocional bien desarrollada es posible el control de las emociones, y una adaptación muy rápida a los cambios inesperados, junto con la flexibilidad en caso de situaciones emergentes.



Empatía

Muchas veces se entiende como ponerse en el lugar de la persona que la está pasando mal, sin embargo, no termina ahí, se trata de comprender las emociones de esa persona desde un punto en el que se sienta apoyada y segura.

