



**Nombre del alumno: José Fernando Aguilar
Gómez**

**Nombre del profesor: Ana Laura Culebro
Torres**

Nombre del trabajo: Super nota unidad 3

Materia: Desarrollo Humano

Grado: sexto cuatrimestre

Grupo: A

INTELIGENCIA EMOCIONAL

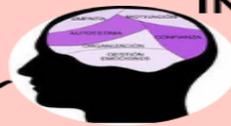
ORIGEN DEL TERMINO

El término inteligencia emocional aparece en la literatura psicológica en el año 1990, en un escrito de los psicólogos americanos Peter Salovey y John Mayer.



INTELIGENCIA TRADICIONAL

refiere a las capacidades y habilidades psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas.



CAPACIDADES EMOCIONALES ADQUIRIDAS

Autoconciencia y el autocontrol emocional, la adaptabilidad, el trabajo en equipo y la forma de afrontar los conflictos.



RECONOCIMIENTO Y DOMINIO DE EMOCIONES

El reconocimiento de emociones es aquella función de la persona que le permite, viendo los signos mímicos de otra persona, saber en qué estado emocional se encuentra.



FLEXIBILIDAD Y ADAPTABILIDAD

Es la capacidad de modificar el comportamiento y adaptarse a diferentes situaciones y personas de forma rápida y adecuada.



EMPATIA

Es la intención de comprender el estado emocional del otro



IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Ayuda a conectar con otras personas, forjar relaciones empáticas, comunicar de manera efectiva, resolver conflictos y expresar tus sentimientos.



FRASE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Una habilidad social fundamental debe ser la capacidad de expresar los propios pensamientos.



FUENTES BIBLIOGRAFICAS

Inteligencia Emocional - Concepto, surgimiento y ventajas. (s. f.). Concepto.

<https://concepto.de/inteligencia-emocional/>

Habilidades emocionales: necesario para alcanzar el éxito profesional. (2023, 27 junio).

Becas Santander. <https://www.becas-santander.com/es/blog/habilidades-emocionales.html>

Evaluación de competencias profesionales-2. Adaptabilidad/flexibilidad. (s. f.).

https://www.caib.es/sites/evaluacio360/es/2_adaptabilidadflexibilidad_0/