



Nombre de alumno: Brallan López Solorzano

Nombre del profesor: Ana Laura Culebro

Nombre del trabajo: Super Nota

Materia: Desarrollo Humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 6

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de Marzo del 2023.



CARACTERISTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

PARA TOMAR DECISIONES ACERTADAS

Origen del Termino

Establece metas y objetivos

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.**



En este libro él explica como la inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades o destrezas matemáticas o lingüísticas puesto que existe un gran abanico de inteligencias que deben ser tenidas en cuenta.

La inteligencia tradicional

Planea cada día

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 cuál inteligente (capacidades académicas) tiene.

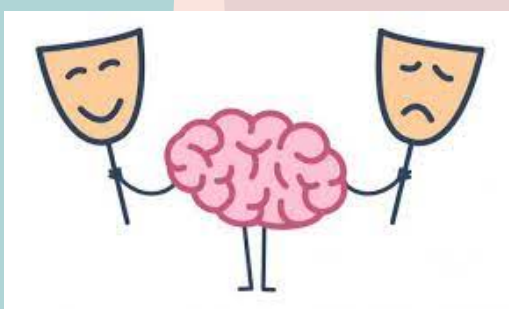


Se podría decir que la inteligencia emocional complementa a la inteligencia tradicional para poder alcanzar el éxito personal o grupal.

Las capacidades emocionales adquiridas

Sé constante con tus acciones

Una nueva concepción mediante la cual se tiene en cuenta que la inteligencia no es pura y exclusivamente una cuestión de capacidades innatas sino que, por el contrario el cerebro aprende a lo largo de toda la vida de la persona y ésta será mediada en gran parte por la inteligencia emocional.



Reconocimiento y dominio de emociones

Evita distracciones

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 y comprender más allá de lo que expresan las palabras.



Flexibilidad y adaptabilidad

Evalúa los pros y contras

Las personas con una gran capacidad de inteligencia emocional tienen el control de las emociones y, por ende, presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos, una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos.



Empatía

Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente. En otras palabras la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona.



Es decir, no solo comprende las emociones propias y ajenas sino que las transforma para el beneficio de ambas.

