



**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

**ALUMNO: IVÁN DE JESÚS VELÁZQUEZ GABRIEL**

**4TO CUATRIMESTRE**

# APRENDIZAJE EMOCIONAL

## DEFINICIÓN

Nos habla que es un proceso a través del cual las personas adquieren una serie de conocimientos y habilidades necesarias para conocer y manejar las emociones, incrementar la preocupación y el interés por los demás.

## PRÁCTICA

Nos dice que favorece el autoconocimiento, la autorregulación para manejar los estados de ánimo, los impulsos y recursos necesarios para el aprendizaje. Debido a que las emociones representan el núcleo esencial donde se construyen las relaciones humanas, para la toma de decisiones más acertadas.

## OBJETIVO

Habla que el objetivo principal que orienta al individuo a mejorar su capacidad de adaptación en los diferentes contextos donde se desenvuelva, lo puede lograr teniendo bien consolidadas sus habilidades y emociones a través del aprendizaje emocional.

**Manejar las Emociones:** Al reconocer cuales son las emociones que afectan al individuo, este será capaz de manejar de manera adecuada sus sentimientos y emociones así como también controlar el estrés

**Conciencia de uno mismo:** Las personas con habilidades socio-emocionales bien consolidadas tienen la posibilidad de entenderse así mismas, en relación a cualquier tipo de reacciones que puedan manifestar en un momento determinado.

**Decisiones Responsables:** Las decisiones tomadas por personas con habilidades socio-afectivas bien consolidadas tienden a ser muy responsables, en el aspecto laboral como en el aspecto formativo.

**Habilidades para Relacionarse:** Es otra de las habilidades importantes ya que permite crear, establecer y fomentar las mejores y más extraordinarias relaciones interpersonales. Llenas de mucha afectividad en el practica de una buena salud mental y calidad de vida.

**Conciencia del Entorno Social:** Esta habilidad es bien importante porque contribuye a entender las emociones de los demás, otorgando un alto nivel de adaptación con los grupos sociales a que pertenece al valorar la diversidad entre ellos.

# TEORÍA COGNITIVA DE PIAGET

-Es una teoría completa sobre la naturaleza y el desarrollo de la inteligencia humana. Fue desarrollada por primera vez por un psicólogo del desarrollo suizo Jean Piaget (1896- 1980).

-Piaget creía que la infancia del individuo juega un papel vital y activo con el crecimiento de la inteligencia, y que el niño aprende a través de hacer y explorar activamente.

-La teoría del desarrollo intelectual se centra en la percepción, la adaptación y la manipulación del entorno que le rodea.

-Es conocida principalmente como una teoría de las etapas de desarrollo, pero, de hecho, se trata de la naturaleza del conocimiento en sí y cómo los seres humanos llegan gradualmente a adquirirlo, construirlo y utilizarlo.

-Para Piaget, el desarrollo cognitivo era una reorganización progresiva de los procesos mentales que resultan de la maduración biológica y la experiencia ambiental.

-En consecuencia, considera que los niños construyen una comprensión del mundo que les rodea, luego experimentan discrepancias entre lo que ya saben y lo que descubren en su entorno.

-Por otra parte, Piaget afirma que el desarrollo cognitivo está en el centro del organismo humano, y el lenguaje es contingente en el conocimiento y la comprensión adquirida a través del desarrollo cognitivo.

**La inteligencia operativa:** es el aspecto activo de la inteligencia. Se trata de todas las acciones, abiertas o encubiertas, llevadas a cabo con el fin de seguir, recuperar o anticiparse a las transformaciones de los objetos o personas de interés.

Las etapas hacen referencia a las condiciones o las apariencias en el que pueden encontrar las personas o cosas entre las transformaciones. Por ejemplo, puede haber cambio en la silueta o la forma (por ejemplo, los líquidos son moldeados ya que se transfieren de un recipiente a otro, los humanos cambian sus características a medida que crecen)

**La inteligencia figurativa:** es el aspecto más o menos estático de la inteligencia, involucrando todos los medios de representación que se utilizan para mantener en mente los estadios (es decir, las formas sucesivas, siluetas o lugares) que intervienen entre las transformaciones.