



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Fabiola Ruiz Abarca.

Nombre del tema: Inteligencia emocional.

3er parcial.

Nombre de la Materia: Desarrollo humano.

Nombre del profesor: Luis Eduardo López Morales.

Nombre de la Licenciatura: Administración y estrategias de negocios.

6to cuatrimestre.

INTELIGENCIA EMOCIONAL.

¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Habilidad que se refiere a la capacidad de una persona para comprender, procesar y expresar los propios sentimientos, así como reconocer y ser capaz de empatizar con los sentimientos de los demás.



¿QUIEN ES EL CREADOR DEL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

El concepto surge en 1983 con el psicólogo Howard Gardner, quien considera a los test de coeficiente intelectual como insuficientes para lograr una apreciación de la inteligencia.

¿CUÁLES SON LOS MODELOS PRINCIPALES DE LA IE?

El primero, desarrollado por Daniel Goleman, incluye cinco atributos clave para el coeficiente emocional. El segundo, creado por John Mayer y Peter Salovey, describe cuatro características principales de la inteligencia emocional.



¿CUÁLES SON LOS ATRIBUTOS DE CADA UNO DE LOS MODELOS?

- Autoconocimiento: Habilidad para comprender tus propias emociones.
- Autorregulación: Habilidad de regular tus emociones.
- Motivación: Razones por las que quieres tener éxito.
- Empatía: habilidad de conectar con la forma en que otras personas se sienten.
- Habilidad social: Habilidad para comunicarse y colaborar con otros.

¿CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

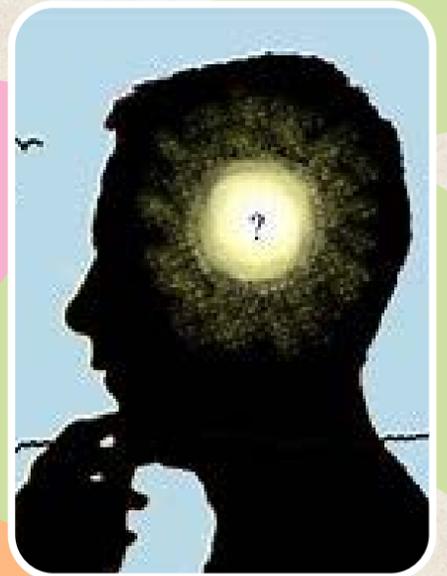
- Percepción emocional: habilidad de identificar emociones.
- Facilitación emocional del pensamiento: Habilidad de aprovechar las emociones que recibes.
- Comprensión emocional: Habilidad de entender como las emociones se relacionan.
- Regulación emocional: Habilidad de regular emociones en sí mismo.



INTELIGENCIA EMOCIONAL.

INTELIGENCIA TRADICIONAL.

Aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por CI que indica cuán inteligente tiene.



LAS CAPACIDADES EMOCIONALES ADQUIRIDAS.

Concepto que viene de la mano de una nueva concepción mediante la cual se tiene en cuenta que la inteligencia no es pura y exclusivamente una cuestión de capacidades innatas.

RECONOCIMIENTO Y DOMINIO DE EMOCIONES.

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.

Se comprendió que no sólo bastaba con un alto CI sino que, la persona era mucho más productiva si poseía un control de la inteligencia emocional puesto que esto le generaba mucha más adaptabilidad y flexibilidad ante los cambios.

EMPATÍA.

Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente.



INTELIGENCIA EMOCIONAL.

EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES.

Según la inteligencia emocional, reeducar aquellas emociones dañinas y transformarlos en sentimientos positivos que ayuden a cada persona en su vida y en relación con otras personas.

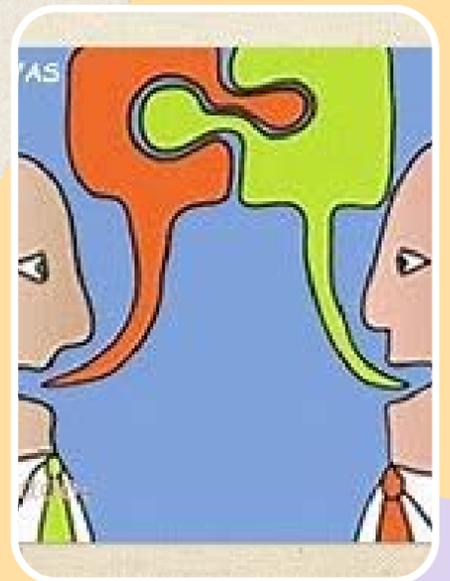


SOLIDARIDAD CON OTROS.

Una persona con alta inteligencia emocional tendrá el sentimiento de solidarizarse en relación a otros. No sólo incluye cuestiones económicas, sino que, también, implica solidaridad.

ASERTIVIDAD.

Persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que sea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.



CAPACIDAD DE LIDERAR.

Una persona que tenga en consideración estas características podrá ser un líder para otros, puesto que, a pesar de las dificultades una persona con inteligencia emocional no se abruma por los desafíos que se le presenten.