



Mi Universidad

Súper nota.

Nombre del Alumno: Abraham Morales Mejia.

Nombre del tema: Características de la inteligencia emocional.

Parcial: I

Nombre de la Materia: Desarrollo humano.

Nombre del profesor: Lic. Paola Jaqueline Albarrán Santos.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: Sexto.

CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.



Origen del término

Surge por el profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995.

Él explica como la inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades o destrezas matemáticas o lingüísticas.

La inteligencia tradicional

Se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente intelectual) que indica cuán inteligente (capacidades académicas) tiene.

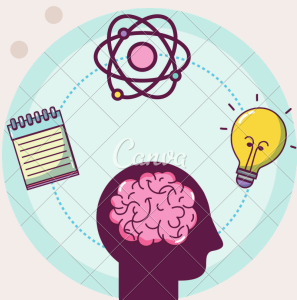


Las capacidades emocionales adquiridas

- 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.

Capaz de reconocer las propias emociones y dominarlas así como también es capaz de reconocer las emociones ajenas y comprender más.



Flexibilidad y adaptabilidad

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

- Una persona con inteligencia emocional tiene empatía pero utiliza esta habilidad para poder resolver una situación determinada.
- No solo comprende las emociones propias y ajenas sino que las transforma para el beneficio de ambas.

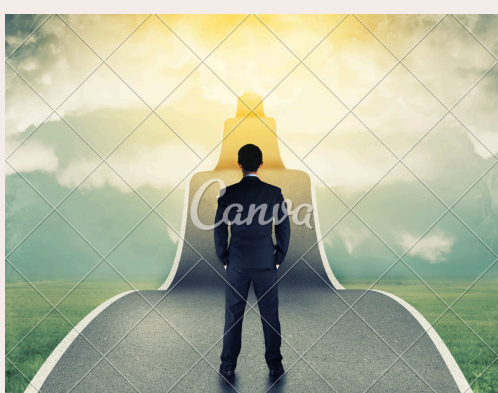


Educación de las emociones.

Reeducar aquellas emociones dañinas (sentimientos de rencor, ira, odio, etc.) 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.



Asertividad

Una persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.

Capacidades para liderar

- Una persona con inteligencia emocional no se abruma por los desafíos que se le presenten.
- Por el contrario busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas.



Bibliografía.

UDS.2024.ANTOLOGÍA VIRTUAL DE DESARROLLO HUMANO.PDF

<file:///C:/Users/Abrham%20Morales%20Mejia/Desktop/LEN606%20DESARROLLO%20HUMANO.pdf>