



**Mi Universidad**

## MAPA CONCEPTUAL.

*Nombre del Alumno Karla Lucía Contreras Alegría.*

*Nombre del tema características de la inteligencia emocional.*

*Parcial 3ro.*

*Nombre de la Materia desarrollo humano.*

*Nombre del profesor Luisa Bethel López Sánchez.*

*Nombre de la Licenciatura enfermería.*

*Cuatrimestre 6to.*

# CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Inteligencia emocional capacidad de reconocer y expresar los sentimientos propios y ajenos, de motivar, comprender la emoción y el conocimiento emocional, y regula las emociones para promover el crecimiento personal y profesional.

## 1. Origen del término.

Surge.

Como un concepto completamente novedoso, en el año 1995.

Daniel Goleman.

Escribió en su libro, como la inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades, destrezas matemáticas o lingüísticas.

## 5. Flexibilidad y adaptabilidad.

Las personas.

Con una gran capacidad de inteligencia emocional tienen el control de las emociones, presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos.

## 2. La inteligencia tradicional.

Se mide.

Por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI.

La década del 90.

Se empezó a considerar que la inteligencia tradicional no era suficiente para el logro de la felicidad y el éxito.

## 6. Empatía.

Es.

Comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona.

Utilizada.

## 3. 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.

Capacidad de.

Reconocer, comprender y gestionar nuestras emociones en diferentes situaciones.

## 7. Educación de las emociones.

Es.

Un proceso pedagógico, desarrolla la inteligencia emocional y las habilidades afectivas.

Facilita.

## 4. Reconocimiento y dominio de emociones.

Reconocer.

Propias emociones y dominarlas, así como también reconoce las emociones ajenas y comprender más allá de lo que expresan las palabras.

Dominio.

Nos permite manejar y gestionar nuestras emociones de manera adecuada y efectiva.

## 8. Solidaridad con otros.

Es.

El apoyo a una causa o al interés de otros sobre todo cuando se viven experiencias difíciles.

Posee.

Control de la inteligencia emocional esto genera mucha más adaptabilidad y flexibilidad ante los cambios.

Para poder resolver una situación determinada, las transforma para el beneficio de ambas personas.

El desarrollo integral de la personalidad, el bienestar y el asertividad.

Cuestiones económicas o material, sino que, también, implica la solidaridad desde lo emocional, la contención o la palabra que otra persona necesita.

Implica.

Conocer, gestionar y regular las propias emociones y las de los demás, influye en el aprendizaje y el desarrollo de cada individuo.

10. Capacidades para liderar.

9. Asertividad.

La persona.

Habilidad.

Que tenga en consideración estas características podrá ser un líder para otros.

Social que consiste en comunicar y defender los propios derechos, ideas y sentimientos de forma firme, clara y respetuosa.

Puesto que.

Reconoce.

A pesar de las dificultades una persona con inteligencia emocional no se abruma por los desafíos que se le presenten.

Aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.

Busca.

La solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA.

ANTOLOGIA UDS DESARROLLO HUMANO.

[Inteligencia emocional | ¿Qué es y cómo desarrollarla? - Iberdrola](#)

[¿Qué es una habilidad emocional y cómo desarrollarla? - Polaridad.es](#)

[El Dominio De Nuestras Emociones: La Clave De La Inteligencia Emocional | ICCSI](#)

[¿Qué es la educación emocional? | Blog UE \(universidadeuropea.com\)](#)

[¿Qué es la solidaridad? - Los Valores](#)

[¿Qué significa Asertivo? - Ejemplos de conductas asertivas \(concepto.de\)](#)