



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Luz Elena Oramas Estefano

Nombre del tema: 3.1 Características de la inteligencia emocional

Parcial: 3 parcial

Nombre de la Materia: Desarrollo humano

Nombre del profesor: Luisa Bethel López

Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería

Cuatrimestre: 6 cuatrimestre

3.1 características de la inteligencia emocional

1. Origen del término

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.

Escribió

“La inteligencia emocional.”

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.

2. La inteligencia tradicional

Se mide por:

Variaciones donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente intelectual) que indica cuán inteligente (capacidades académicas).

Por lo tanto:

A partir de la década del 90 que se empezó a considerar que la inteligencia tradicional no era suficiente para el logro de la felicidad y el éxito.

3. Las capacidades emocionales adquiridas

La inteligencia emocional es un 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

Por lo 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.

4. 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.

5. Flexibilidad y adaptabilidad

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.

No basta:

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.

6. Empatía

Es:

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

Sin embargo.

Una persona con inteligencia emocional tiene empatía, pero utiliza esta habilidad para poder resolver una situación determinada

7. Educación de las emociones

Hoy en día es preciso y posible, según la inteligencia emocional, 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.

8. Solidaridad con otros

Una persona con alta inteligencia emocional tendrá el sentimiento de solidarizarse en relación a otros.

9. Asertividad

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

10. Capacidades para 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.

Se busca.

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

Referencias bibliográficas.

- Recupero en ANTOLOGIA UDS DESARROLLO HUMANO [846d1aa47b718e0d653a86c30c4baae0-LC-LEN606 DESARROLLO HUMANO.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](#) 05/07/2024