



Mapa conceptual

Nombre del Alumno: Anette Brighth Álvarez Rojas

Nombre del tema: Características de la inteligencia emocional.

Parcial: 4to

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

1. Origen del término

Surge ↓

Acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995.

Escribió un: ↓

Libro titulado: La inteligencia emocional.

Explica ↓

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

¿Qué es? ↓

Aquella que 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.

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

Concepto ↓

Viene de la mano de una nueva concepción mediante la cual se tiene en cuenta que la inteligencia no es pura y exclusivamente.

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.

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.

6. Empatía

¿Qué es? ↓

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

En otras palabras, la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona.

No solo comprende las emociones propias y ajenas, sino que las transforma para el beneficio de ambas.

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.

No sólo incluye cuestiones económicas o materiales, sino que, también, implica la solidaridad desde lo emocional

La contención o la palabra que otra persona necesita.

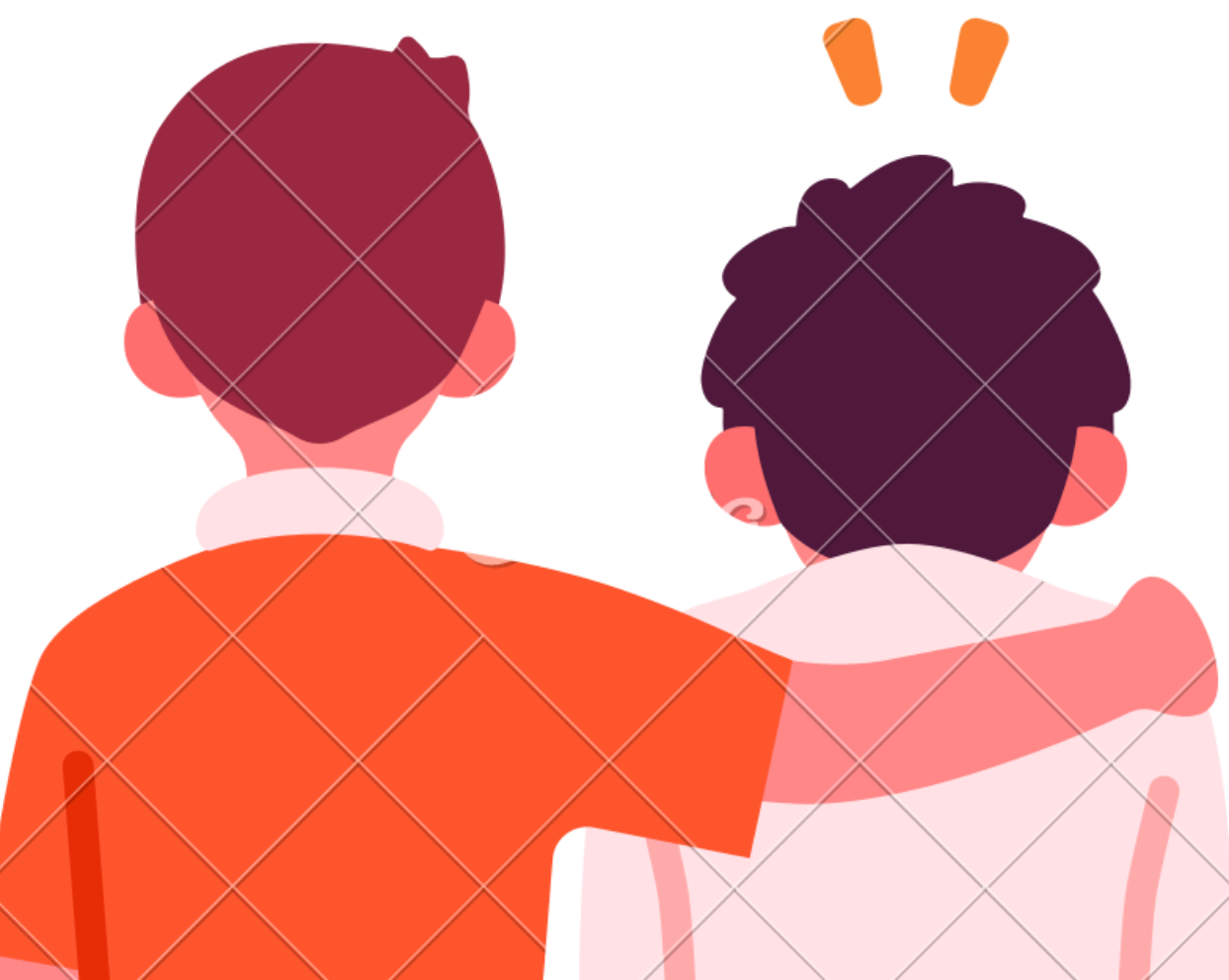
9. Asertividad

Una persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones. Sus emociones no le dominan sino que utiliza el reconocimiento de estas para su beneficio y el de los demás.

10. Capacidades para liderar

Busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas. Esto, lo ejecuta no solo desde la palabra sino también desde la percepción.

Comunicado de manera global y dirigiendo a un grupo ya sea de trabajo, de estudio, religioso, etc.



Referencias Bibliográficas

- Antología de UDS, Desarrollo Humano.