



Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Nallely Trinidad Alegria Dodero

Nombre del tema: Características de la inteligencia emocional

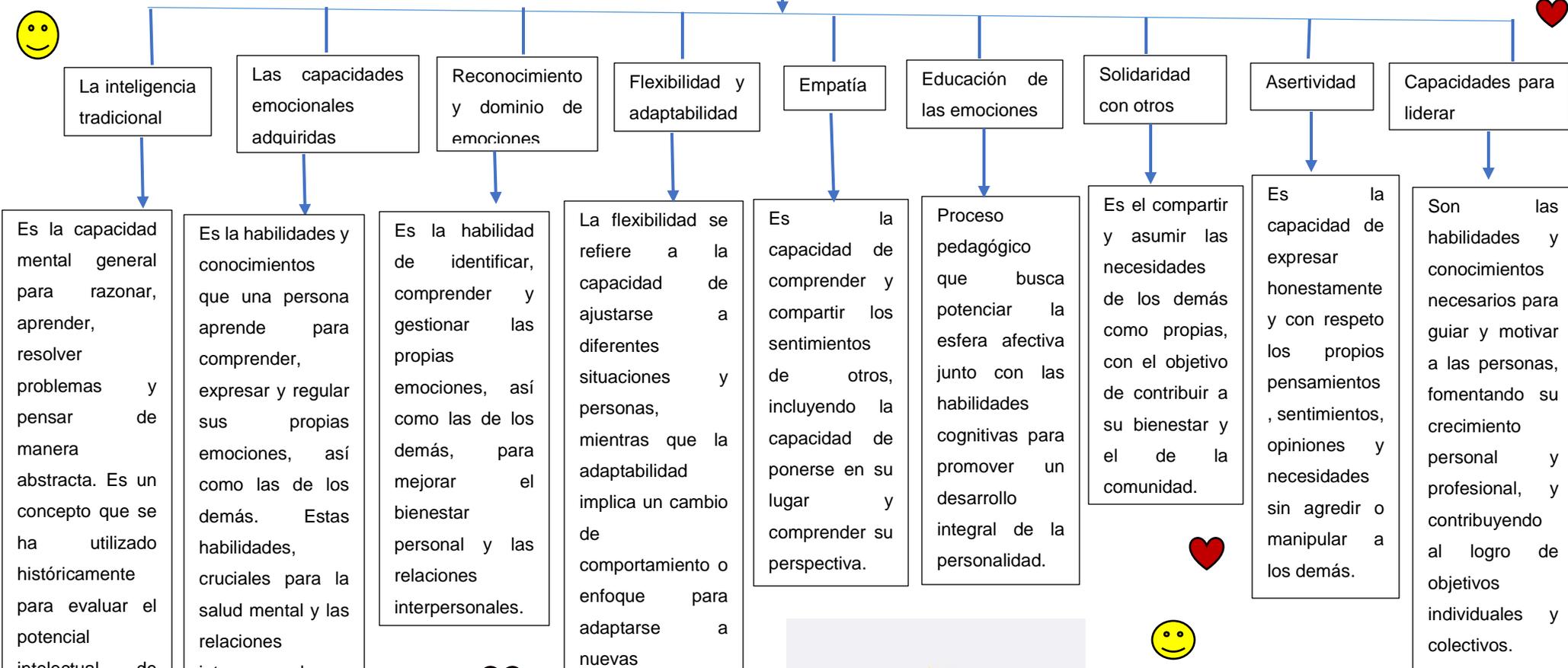
Parcial: I

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Lic. Luisa Bethel López Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Características de la inteligencia emocional



Es la capacidad mental general para razonar, aprender, resolver problemas y pensar de manera abstracta. Es un concepto que se ha utilizado históricamente para evaluar el potencial intelectual de una persona.

Es la habilidades y conocimientos que una persona aprende para comprender, expresar y regular sus propias emociones, así como las de los demás. Estas habilidades, cruciales para la salud mental y las relaciones interpersonales.

Es la habilidad de identificar, comprender y gestionar las propias emociones, así como las de los demás, para mejorar el bienestar personal y las relaciones interpersonales.

La flexibilidad se refiere a la capacidad de ajustarse a diferentes situaciones y personas, mientras que la adaptabilidad implica un cambio de comportamiento o enfoque para adaptarse a nuevas situaciones, a menudo con cambios integrales.

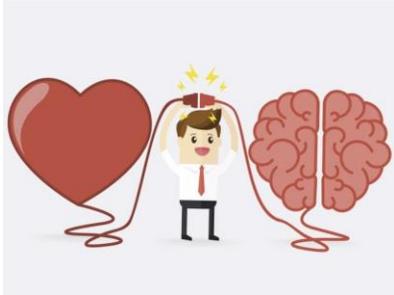
Es la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de otros, incluyendo la capacidad de ponerse en su lugar y comprender su perspectiva.

Proceso pedagógico que busca potenciar la esfera afectiva junto con las habilidades cognitivas para promover un desarrollo integral de la personalidad.

Es el compartir y asumir las necesidades de los demás como propias, con el objetivo de contribuir a su bienestar y el de la comunidad.

Es la capacidad de expresar honestamente y con respeto los propios pensamientos, sentimientos, opiniones y necesidades sin agredir o manipular a los demás.

Son las habilidades y conocimientos necesarios para guiar y motivar a las personas, fomentando su crecimiento personal y profesional, y contribuyendo al logro de objetivos individuales y colectivos.



Referencias

asana. (s.f.). Obtenido de <https://asana.com/es/resources/team-lead>

Mayo clinic. (s.f.). Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/assertive/art-20044644#:~:text=La%20asertividad%20te%20permite%20expresarte,el%20respeto%20de%20los%20dem%C3%A1s>

uds. (s.f.). Obtenido de https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/05/rzWIWCdWWfPjx3N6MIWT-DESARROLLO_HUMANO.pdf