



Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Jazmin Gómez Diaz

Nombre del tema: "Características de la Inteligencia Emocional"

Parcial: I

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Luisa Bethel López Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 6

Pichucalco, Chiapas; a 05 de junio del 2025

Características de la Inteligencia Emocional



Origen del término	Harvard Daniel Goleman en el año 1995, quien escribió un libro titulado —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.	
Inteligencia Tradicional	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.	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. Se podría decir que la inteligencia emocional complementa a la inteligencia tradicional para poder alcanzar el éxito personal o grupal.	
Capacidades Emocionales Adquiridos	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.	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	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.	Este proceso es esencial para tomar decisiones más acertadas, afrontar desafíos y construir una vida más plena.	
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.	Se comprendió que no sólo bastaba 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.	
Empatía	Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente. Es decir, la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona.	Una persona con inteligencia emocional tiene empatía, pero utiliza esta habilidad para poder resolver una situación determinada. Es decir, no solo comprende las emociones propias y ajenas, sino que las transforma para el beneficio de ambas.	
Educación de las Emociones	Hace varias décadas atrás se creía que las emociones no eran posibles educarlas, ni siquiera se las tenía en consideración.	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.	
Solidaridad con otros	Una persona con alta inteligencia emocional tendrá el sentimiento de solidarizarse en relaciona a otros.	Este concepto 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.	
Asertividad	Una persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.	Es decir, sus emociones no le dominan sino que utiliza el reconocimiento de estas para su beneficio y el de los demás.	
Capacidades para Liderar	Una persona que tenga en consideración estas características podrá ser un líder para otros, a pesar de las dificultades una persona con inteligencia emocional no se abruma por los desafíos que se le presenten.	o 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, comunicando de manera global y dirigiendo a un grupo ya sea de trabajo, de estudio, religioso, etc.	

Referencias

Universidad del Sur. (2025). *Antología Desarrollo Humano*. Obtenido de https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/05/rzWIWCdWWfPjx3N6MIWT-DESARROLLO_HUMANO.pdf