



## **Cuadro sinóptico.**

*Nombre del Alumno: José Luis de la Cruz Villamil.*

*Nombre del tema: Características de la inteligencia emocional.*

*Parcial: Único.*

*Nombre de la Materia: Desarrollo Humano.*

*Nombre del profesor: Psicóloga Luisa Bethel López Sánchez.*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería.*

*Cuatrimestre: 6to cuatrimestre.*

## CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

### Origen del término.

#### Concepto.

Surge como un concepto completamente novedoso acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995, quien escribió un libro titulado (La inteligencia emocional).

Él 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.

### La inteligencia tradicional.

#### Concepto.

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.

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.

### Las capacidades emocionales adquiridas.

#### Concepto.

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, sino que, por el 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.

### Reconocimiento y dominio de las emociones.

#### Concepto.

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.

### Flexibilidad y adaptabilidad.

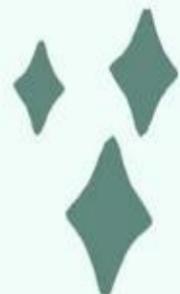
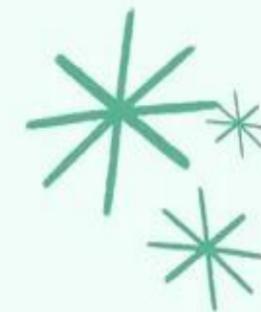
#### Concepto.

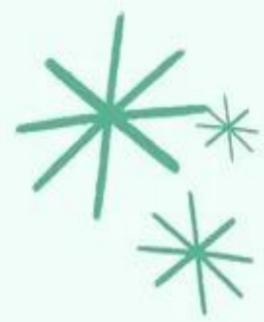
Tienen el control de las emociones y, por ende, presentan, frente a los diferentes desafíos cotidianos, tienen una alta flexibilidad y adaptabilidad a los cambios imprevistos.

### Empatía.

#### Concepto.

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.





## CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

### Educación de las emociones.

**Concepto.**  
Hoy en día es posible 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.

**Concepto.**  
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.

**Concepto.**  
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.

**Concepto.**  
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. busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas.

