



**Nombre de alumno: Daniela Itzel López Rendón.**

**Nombre del profesor: Jhoani Elizabeth Pérez López.**

**Nombre del trabajo: Mapa Conceptual.**

**Materia: Desarrollo Humano.**

**Grado: 6°**

**Grupo: Medicina veterinaria y zootecnia.**

Ocosingo, Chiapas 05 de julio del 2025.

# Inteligencia Emocional

## Características

La inteligencia de una persona demuestra habilidades, desestresa matemática o lingüista

Se considera que la inteligencia tradicional no es suficiente para lograr la felicidad y éxito

Las capacidades adquiridas el cerebro aprende a lo largo de la vida de la persona, es medida por la inteligencia emocional

Una persona que reconoce el dominio de sus emociones las domina y reconoce ajenas

Personas con capacidad de la inteligencia emocional tiene control de emociones y presenta diferentes desafíos, tiene flexibilidad y adaptabilidad al cambio

La empatía comprende lo que sucede a otra persona, comprende y transforma emociones con beneficios propio ajeno

Es posible recaudar las emociones dañinas y transformar sentimientos positivos

Una persona con buena inteligencia emocional es solidaria al relacionarse con otros

La persona analiza lo que desea y sabe como obtenerlo, mantiene un equilibrio en sus emociones

Es capaz de liderar, transmitiendo calma y serenidad al resto de personas

## Comunicación emocional

Se transmiten emociones, buscando un mensaje efectivo hacia otra persona

Por ello implica tener concretas las emociones que sentimos y compartimos, se transmiten

Se considera si afecta nuestra comunicación a la otra persona

Siempre se considera lo siguiente

Evitar conflictos y discusiones

Nuestro interlocutor tiene que empatizar con su público

La persona con la que te comunicas tiene que ser sincera

Siempre se justificaran los actos

## Liderazgo

Busca convertir una visión en realidad, influyendo en los demás

Son actitudes que sirven como herramienta para motivar a empleados

Se caracteriza por adquirir

- Personalidad
- Análisis
- Logro
- Interacción

Teniendo siempre tres teorías

- Del atributo
- De grandes
- Del liderazgo

Por ello este liderazgo es propio y se forma para poder ajustarse y lograr ser jefe o líder

## Afectos

Son acciones en conjunto las cuales tienen pasiones del animo

Autoestima es confianza eficaz de la propia, poder realizar toma de decisiones en base a las emociones

Respeto así mismo es vivir de la propia integridad, aceptando nuestras habilidades y capacidades sin afectar a otro

Pilares del autoestima son los siguientes

Vivir conscientemente  
Aceptarse así mismo

Autorresponsabilidad  
Autoafirmación

Vivir con propósito  
Integridad personal

Promoción de una sana autoestima es realizar las siguientes acciones

Vivir el presente  
Visión positiva

Aceptar el continuo desarrollo  
Acéptate a ti mismo

Ser responsable  
Reconoce sus logros

Vive con propósitos  
Salir de la zona de confort  
Trabajar sus pensamientos