

INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL NIÑO

Fernando Cortés R.



Prefacio Inteligencia Emocional:



La **inteligencia emocional** es un conjunto específico de aptitudes que se hallan implícitas dentro de las capacidades abarcadas por la inteligencia social.

La inteligencia emocional es, por tanto, un conjunto de talentos o capacidades organizadas en cuatro dominios:

- capacidad para percibir las emociones de forma precisa (es decir, capacidad de percepción).
- capacidad de aplicar las emociones para facilitar el pensamiento y el razonamiento.
- capacidad para comprender las propias emociones y las de los demás (empatía).
- capacidad para controlar las propias emociones.



Estas habilidades como todas, pueden ser aprendidas con el tiempo y la práctica.





En 1983, Howard Gardner trabajaba en el proyecto Spectrum en la Universidad de Harvard.

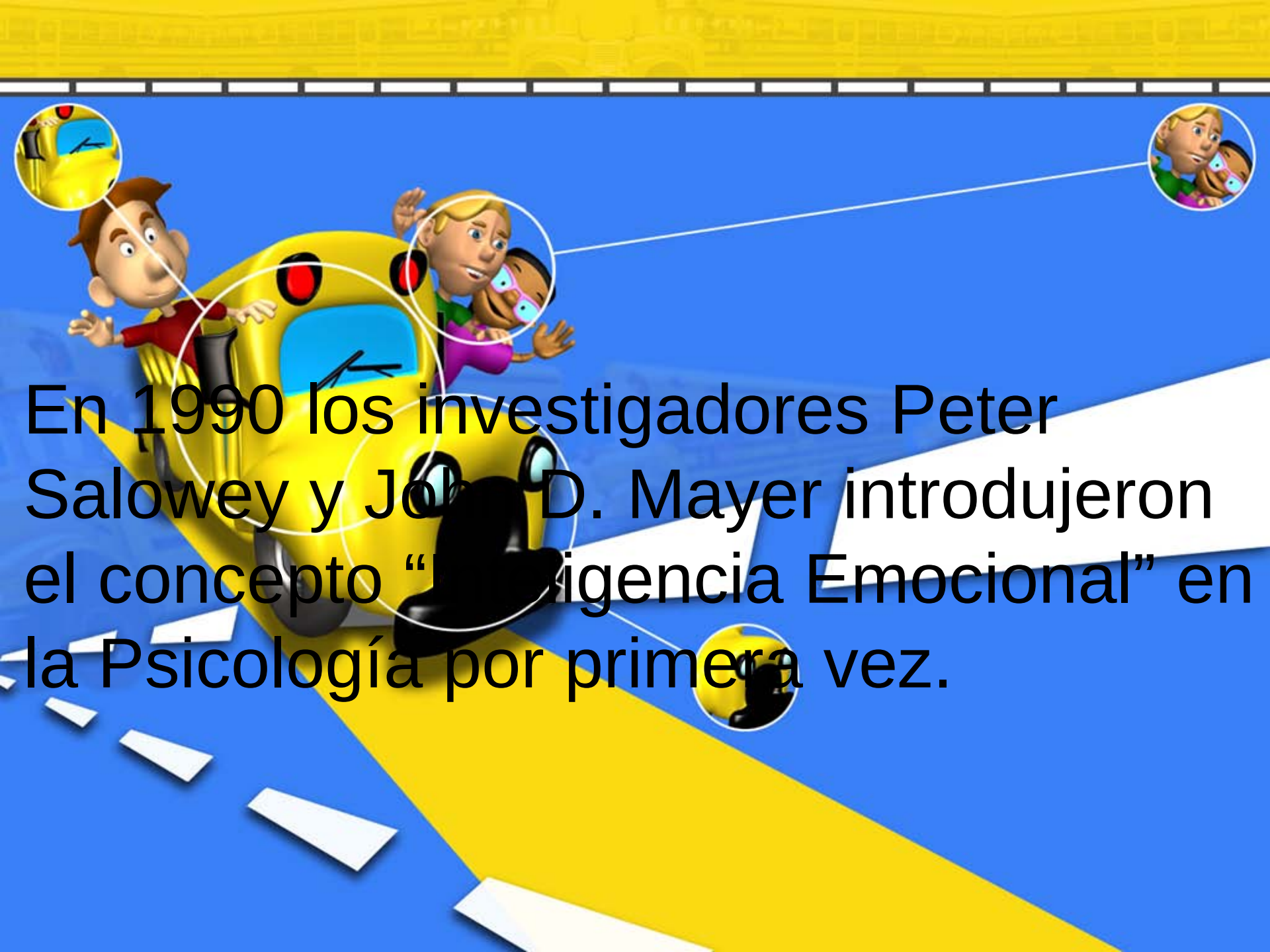
Teoría de las inteligencias múltiples descartando que el ser humano sólo tuviera un tipo de inteligencia.

- En su libro *Frames of Mind* estableció ocho tipos de inteligencias: la lingüística-verbal, la lógica-matemática, la corporal-cinestética, la visual-espacial, la musical, la emocional (que se dividiría), la naturalista y la existencial. Posteriormente, sus colegas investigadores llegaron a describir hasta 20.





El concepto de inteligencia emocional tiene un precursor en el concepto de Inteligencia Social, del psicólogo Edward Thorndike quien en 1920 la definió como "la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas"



En 1990 los investigadores Peter Salovey y John D. Mayer introdujeron el concepto “Inteligencia Emocional” en la Psicología por primera vez.

- Este concepto sería presentado mediáticamente por Daniel Goleman en 1995 con un libro de gran éxito.
- . En su libro La inteligencia emocional en la empresa (1998) se refiere a la "inteligencia emocional" como "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones"



Principios de la inteligencia emocional:

- 1. Percepción: Cualquier cosa que incorporemos por cualquiera de nuestros sentidos.
- 2. Retención: Corresponde a la memoria, que incluye la retentiva (o capacidad de almacenar información) y el recuerdo, la capacidad de acceder a esa información almacenada.
- 3. Análisis: Función que incluye el reconocimiento de pautas y el procesamiento de la información.
- 4. Emisión: Cualquier forma de comunicación o acto creativo, incluso del pensamiento.
- 5. Control: Función requerida a la totalidad de las funciones mentales y físicas.



Las Emociones básicas:

- Sorpresa
- Aversión
- Ira
- Alegría
- Tristeza
- Miedo



Funciones adaptativas de las emociones:



Miedo	Protección
Sorpresa	Orientación
Aversión	Rechazo
Ira	Destrucción
Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración



Componentes conductuales de las emociones:

- Expresiones faciales.
- Acciones y gestos.
- Distancia entre personas.
- Componentes no lingüísticos de la expresión verbal.



Componentes fisiológicos de las emociones:

- Temblor.
- Sonrojamiento.
- Sudoración.
- Respiración agitada.
- Dilatación pupilar.
- Aumento ritmo cardíaco.



Características básicas y propias de la persona emocionalmente inteligente:



- Poseer suficiente grado de autoestima.
- Ser personas positivas.
- Saber dar y recibir.
- Empatía.
- Reconocer los propios sentimientos.
- Ser capaz de expresar los sentimientos positivos como los negativos.
- Ser capaz también de controlar estos sentimientos.
- Motivación, interés, ilusión.
- Tener valores alternativos.
- Superación de las dificultades y de las frustraciones.
- Encontrar equilibrio entre exigencia y tolerancia.



● *Gracias por su atención*



● *Fin segunda parte*

