

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE AGUASCALIENTES



ING. EN SISTEMAS Y DESARROLLO DE SOFTWARE

NOMBRE DEL ALUMNO:

OSCAR RENATO GARCÍA RESÉNDIZ

NOMBRE DEL(A) PROFESOR(A): IVÁN ANTONIO MARCENAS GÓMEZ

MATERIA: ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO

FECHA DE ENTREGA: 18/02/22

Personalmente a mí parecer sobre la inteligencia emocional sus las características y sobre todo lo que involucra este tema que es muy amplio me parece bastante interesante ya que me permite conocer la inteligencia emocional a fondo, Cómo se categoriza, los tipos que existen Y cómo aprender a medir su propia capacidad. Me gustó conocer que desde tiempo atrás con la teoría de un simple profesor que estudió en la universidad de Harvard esto pasó de ser nada a ser considerado como un conocimiento único que sirve para abarcar diferentes espacios en la vida de un ser humano o de una persona. Me gustó muchísimo aprender sobre cada una de las inteligencias que existen ya sea la inteligencia lingüístico verbal, la inteligencia lógico-matemática, de inteligencia visual, espacial, la inteligencia musical, corporal, kinestésica, intrapersonal, interpersonal, naturalista y muchos otros tipos de inteligencias que existen y que se basan en desarrollar las relaciones por las que definen a una persona. Aprendí que la inteligencia emocional es un conjunto de propiedades que una persona tiene durante su vida o suele llegar durante su etapa de vida. Me gustó conocer sobre la empatía sobre Cómo se desarrolla la inteligencia según Gardner me pareció muy interesante qué el término de inteligencia emocional se utilizó en 1990 por primera vez para hacer una un ánimo a un libro que escribió Daniel Goleman. También me gustó conocer que la inteligencia no solo se basa en distinguir o alterar la capacidad de las emociones de las personas sino que se trata en saber cómo presentar atención a sus emociones, A como escucharlas, a cómo desarrollarlas y a como sentir todo lo que nos rodea. Me gustó conocer sobre la empatía lo que consiste sobre las habilidades sociales sobre el conocimiento sobre la autorregulación que esto más que nada sería un tipo de características que definen la inteligencia emocional ya que podemos saber controlarla y podemos saber aceptarla a nuestra forma tenemos que aprender a no juzgar el hecho de sentirse bien o mal sino que son las emociones transitorias que pasan con el tiempo también tenemos que aprender a evitar situaciones que no son estimulantes o entender la diferencia entre cada ser vivo o sus diferencias personales.