



Universidad del sureste

**Carrera
Trabajo social y gestión comunitaria**

**Cuatrimestre
sexto cuatrimestre**

**Trabajo
Mapa conceptual**

**Tema
Inteligencia emocional**

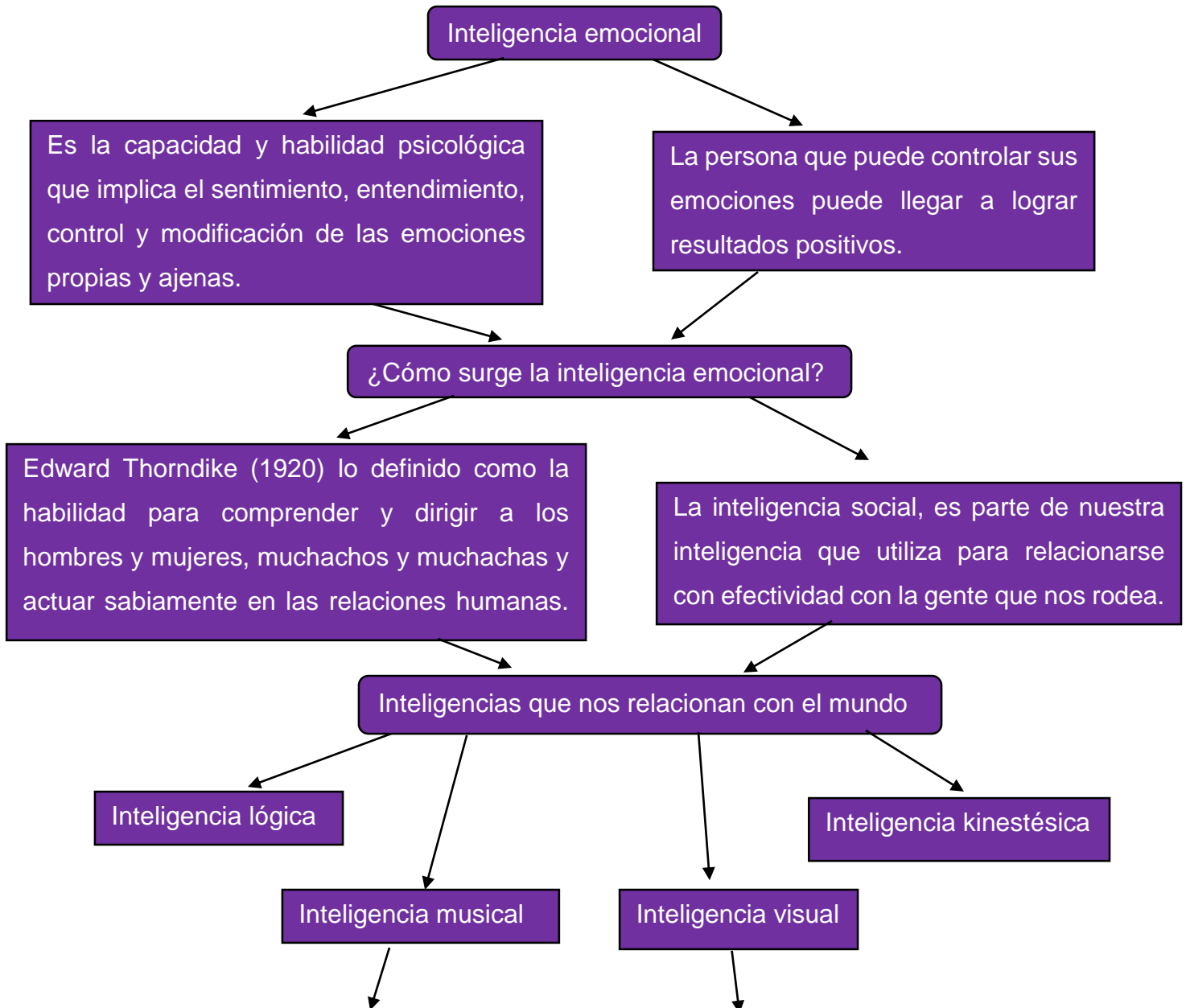
**Profesora
Lucia Guadalupe Martínez Gómez**

**Alumna
Laura de Lourdes Álvarez torres**

Autor: Laura de Lourdes Álvarez torres

Lugar: nuevo león

Fecha: 22-julio-2020



Inteligencia interpersonal

Inteligencia intrapersonal

Peter salovey y John Mayer quienes crearon el concepto de inteligencia emocional la definieron en 5 competencias

Conocimiento de las propias emociones.

Capacidad de controlar las emociones

Capacidad de auto-motivarse

Capacidad de reconocimiento de las emociones de los demás.

Control de las relaciones.

Características de la Inteligencia emocional

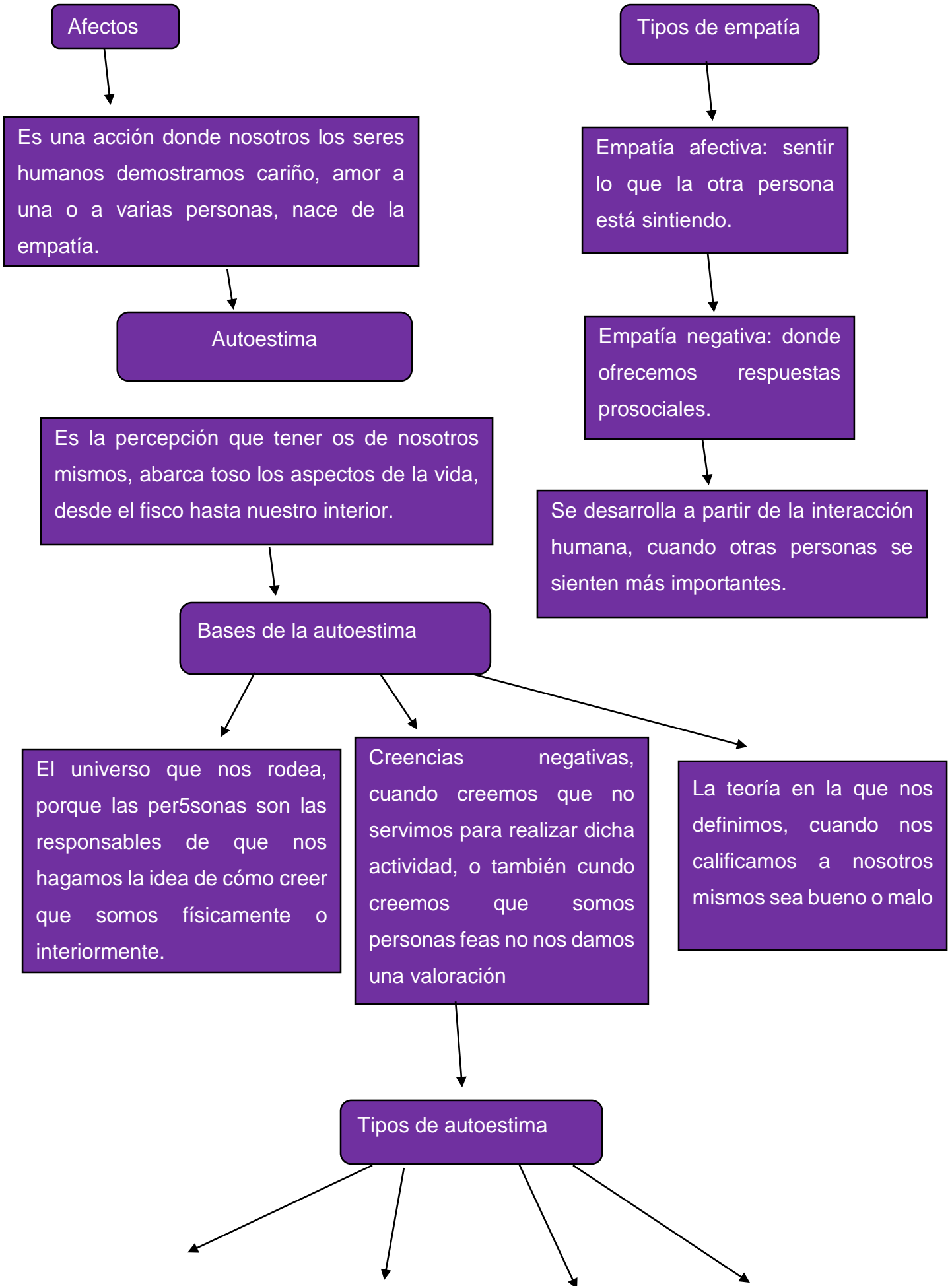
Autoconciencia emocional, Autocontrol emocional, Adaptabilidad, Orientación al logro, Visión, Empatía, Conciencia organizacional, Influencia, Orientación y tutorial, Manejo de conflictos, Trabajo en equipo, Liderazgo inspirador

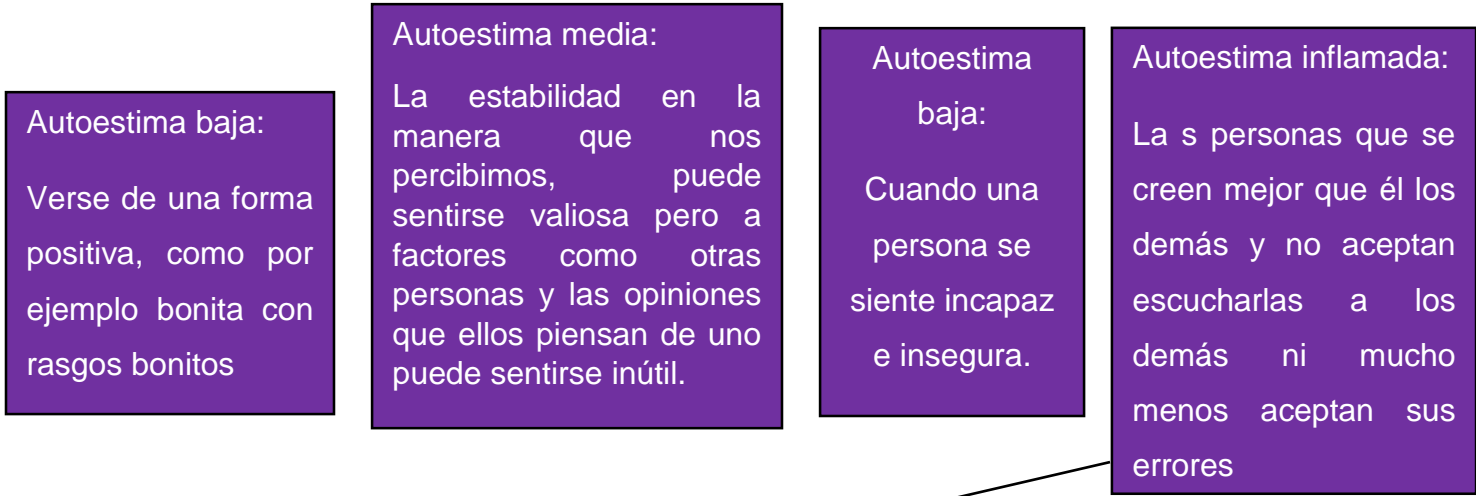
Comunicación emocional

Liderazgo

Son Las emociones que sentimos y esas emociones las podemos transmitir a los demás, las emociones se contagian porque cuando una persona está llorando puede llegar contagiar a otra persona.

No es algo que pueda ser algo dominante, es una persona que se conoce así mismo, sabe lo que le gusta que no le gusta, tiene sus metas en claro y busca convencer a personas para que pueda alcanzar sus objetivos.





Respeto a si mismo

Esto nos permite ser lo que en verdad somos y actuar de una manera correcta nos da la posibilidad de reconocer lo que es constructivo para uno mismo. Tenemos la educación de respetar a los demás pero hay veces que ni nosotros mismo nos respetamos. Se trata de valorarnos amarnos tanto físicamente con interiormente.

