

## **Cuadro Sinóptico**

**Desarrollo Humano**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL**

Lic. Magner Joel Herrera

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**López González Enner Antonio**

**GRUPO, CUATRIMESTRE y MODALIDAD:**

**6.to Cuatrimestre “A” Trabajo Social**

**Frontera Comalapa Chiapas**

**06 de junio del 2020**

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## INTELIGENCIA EMOCIONAL

inteligencia emocional es el manejo efectivo, oportuno y conveniente de todas y cada una de nuestras emociones y sentimientos.

## La aptitud emocional, las cuales comprenden:

- Ser perseverante a pesar de las dificultades y obstáculos de la vida
- Tener autocontrol ante los impulsos y los deseos de compensación emocional
- Tener empatía y comprensión ante las necesidades de los demás
- Mantener la esperanza y el positivismo
- Mostrar automotivación

## Beneficios de la IE.

- Incrementa la autoconciencia.
- Nos facilita elegir aptitudes que nos hacen tolerar las presiones y frustraciones.
- Mejoramos nuestra capacidad de trabajar en equipo.
- Nos ayuda a crecer socialmente.
- Aumenta la motivación y otorga capacidad de liderazgo.
- Nos brinda más posibilidades de éxito y desarrollo personal.

## Componentes de la Inteligencia Emocional

- Aptitud personal
- Autoconocimiento
- Aptitud social
- Empatía
- Autorregulación
- Habilidades Sociales
- Motivación

## PRINCIPIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Recepción
- Retención
- Análisis
- Emisión
- Control

## CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Desarrollo de Habilidades
- Conocimiento
- Bienestar
- Equilibrio
- Motivación
- Empatía
- Control de Impulsos
- Comprensión
- Comunicación

## NATURALEZA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Inteligencia Racional.
- Inteligencia Emocional.

## IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Desarrollo Personal
- Felicidad
- Habilidad en el trato con los demás
- Alcance del éxito
- Habilidad en el trato con los demás
- Conocimiento de sí mismo
- Eficiencia y Eficacia en la Vida
- Dominio del Carácter
- Satisfacción