



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NOMBRE: LEANDRO JIMENEZ PEREZ

CARRERA: LIC. ENFERMERIA

MATERIA: DESARROLLO HUMANO

TRABAJO: SUPER NOTA

CATEDRATICO: LIC. ADRIANA PATRICIA NAJERA FLORES

FECHA DE ENTREGA: 06 / 06 / 2020

INTELIGENCIA EMOCIONAL

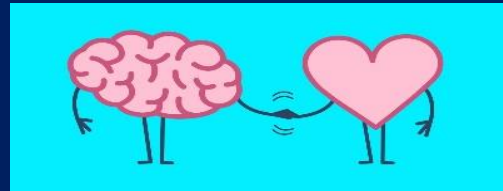
Concepto de inteligencia emocional

Es un conjunto de habilidades psicológicas del ser humano para comprender expresar y gestionar las emociones propias y reconocer, entender las de los otros.



Comunicación emocional

Es una forma de comunicar nuestros mensajes de una forma subjetiva mas eficiente y que implica hablar de nuestras emociones y sensaciones (relación – evitar – justificar)



liderazgo

desafiar suposiciones - visión – crear un equipo



Persistir e insistir – reunir aliados

afectos

sentimiento - amor - cariño



autoestima

conocerme _ valorarme _ aceptarme



cuidarme _ amarme

Respeto así mismo

Darme a respetar – actuar en consonancia



Satisfacer las propias necesidades y valores

Pilares de la auto estima

Auto afirmación - autorresponsabilidad



Auto aceptarse - integridad

Promoción de una sana autoestima

Respeto asia uno mismo – la responsabilidad



Limite de los propios actos