



Mi Universidad

Super Nota

Nombre del Alumno: *Susana Vidal Gómez*

Nombre del tema: *Inteligencia Emocional y Personalidad Saludable*

Parcial: *Sexto*

Nombre de la Materia: *Desarrollo Humano*

Nombre del profesor: *Liliana Villegas López*

Nombre de la Licenciatura: *Licenciatura en Enfermería*

Cuatrimestre: *Sexto A*

INTELIGENCIA EMOCIONAL

➤ Característica de la inteligencia emocional

- Inteligencia tradicional



- Capacidades emocionales adquiridas



- Flexibilidad y adaptabilidad



- Reconocimiento y dominio de emociones



- Empatía



➤ Comunicación Emocional

- Justificar nuestros actos



- Evitar Conflictos



➤ Liderazgo



- Liderazgo es



- Liderazgo



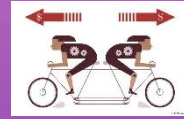
- El compromiso



- Aburrimiento



- Regula el interés



➤ Afectos

- Influye en un sentimiento de seguridad



- Frustración



➤ Autoestima

- Confianza en nuestra capacidad



- Valoración y reconocernos



- Respetarnos a nosotros mismos no es comparar nuestra habilidad y capacidad con otros



➤ Respeto a si mismo

➤ Planes de la autoestima

- Vivir



- Autorresponsabilidad



- Aceptarse

- Integridad personal



- Vivir con propósito



- Vivir el presente



- Ser responsable



➤ Promoción de una sana autoestima

- Reconocer los logros y capacidades



- Salir de la zona de confort



- Amor



- Genitalidad



- Erotismo



PERSONALIDAD SALUDABLE

➤ Desarrollo humano

- Capacidad humana por la excelencia, aptitud, que tiene el hombre de decidir sus acciones



- Capacidad única que permite ir más allá de los paradigmas o elegir estar bajo la influencia de las cosas del pasado

➤ Trascendencia Humana

• Característica de la persona trascendente

- Trascendentales nato



- Trascendentales formados