



*Nombre del Alumno: José Miguel Reyes Villegas*

*Nombre del tema: unidad 3 inteligencia emocional*

*Parcial 2*

*Nombre de la Materia: Desarrollo humano*

*Nombre del profesor: Lic. Mónica Lisseth Quevedo Pérez*

*Nombre de la Licenciatura enfermería*

*Cuatrimestre 6to*

*Lugar y Fecha: Pichucalco, Chiapas 05 de julio del 2023*

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

Se entiende que

Es la habilidad y administrar nuestras propias emociones

## Características de la inteligencia emocional

Se expresan

- Origen del termino
- Inteligencia tradicional
- Capacidades emocionales adquiridas
- Reconocimiento y dominio de emociones
- Flexibilidad y adaptabilidad
- Educación de las emociones
- Solidaridad con otros
- Asertividad
- Capacidad para liderar

## Comunicación emocional

Se refiere a

Transmitir un mensaje

La importancia

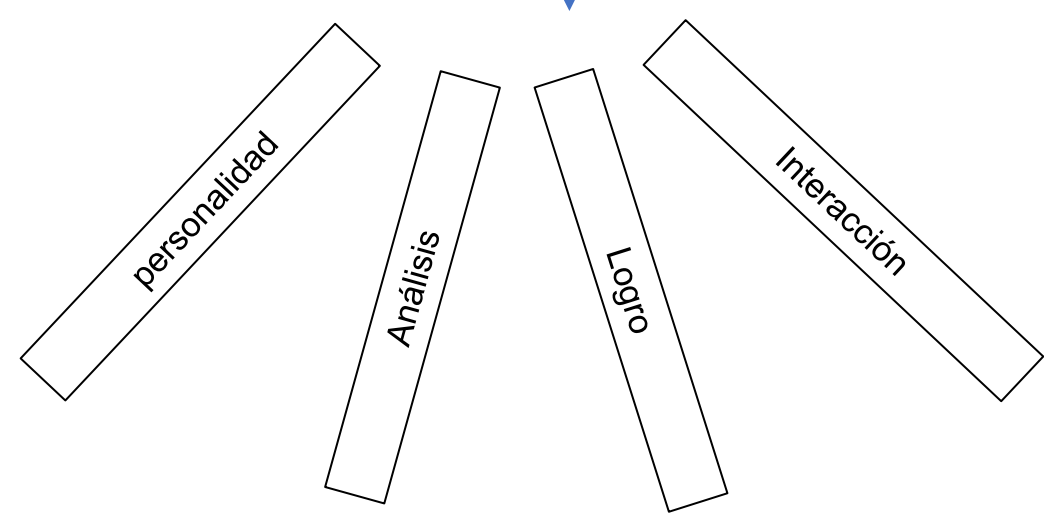
- Evitar conflictos y decisiones
- Empático
- Ser sincero
- Justificar actos

## Liderazgo

Convierte

Una visión en realidad.

Requiere de



Aptitudes del liderazgo

- Habilidades
- Visión
- Desarrollo
- Resolución de conflictos
- Evaluación
- Capacitación/preparación
- Compromiso

## Autoestima

Se refiere a

La confianza en la eficacia de la propia mente

Tipos de autoestima

Según su estabilidad

- Autoestima alta y estable
- Autoestima alta e inestable
- Autoestima baja y estable
- Autoestima baja e inestable
- Autoestima inflada

Según sus facetas y ámbitos

- Autoestima personal
- Autoestima social
- Autoestima laboral o académica

La autoestima se asienta en

- Vivir conscientemente
- Autoafirmación
- Aceptarse a sí mismo
- Vivir con propósito
- Autorresponsabilidad
- Integridad personal

Pilares del autoestima

## **Bibliografías**

Desarrollo humano. (2023). universidad del sureste. Recuperado de <file:///C:/Users/user/Downloads/antologia%20desarrollo%20humano.pdf>