



Mi Universidad

NOMBRE DEL ALUMNO: Yesica Michel López Morales

TEMA: inteligencia emocional y personalidad saludable

PARCIAL: segundo parcial

NOMBRE. Guadalupe Recinos

LICENCIATURA. Enfermería

MATERIA. desarrollo humano

CUATRIMESTRE: sexto cuatrimestre

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es un constructo que nos ayuda a entender de qué manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligente tanto en nuestras emociones como en la interpretación otras

Cosiste en

Evaluar el consiente intelectual mediante la puntuación de test de inteligencia



Características de la inteligencia emocional

Inteligencia tradicional

Capacidades emocionales adquiridas

Reconocimiento dominio de las emociones

Flexibilidad y adaptación

Empatía y educación de las emociones

Solidaridad y asertividad

Capacidades para liderar

Comunicación emocional

la comunicación es un acto de transmitir correctamente el mensaje a otra persona

La comunicación emocional es aquella que tiene las emociones de las personas, pero también del que recibe el mensaje

Esta es muy importante ya que...

Evita conflictos y discusiones

Nuestro interlocutor empatiza mejor con nosotros y se sentirá que nos conoce aún mas

La persona con la que hablamos se abrirá más y será más sincera

Justificaremos más nuestros actos

liderazgo

estas actitudes se pueden concebir como malas herramientas interiores para motivar a los empleados dirigir los sistemas y procesos

Teorías del liderazgo

Claves en el liderazgo

Liderazgo es influencia

Estilo personal

Teoría del atributo, de grandes y de liderazgo

Ayudar a empleados a entender las estrategias

Es el conocimiento, las actitudes, y conductas para influir en las personas

Manera en la que interactuamos y respondemos a las personas, cosas, tiempo

Autoestima

Es la confianza en la eficacia de la propia mente en la capacidad para de pensar y tomar decisiones

Promoción de una vida sana

Claves para imprescindibles para poseer una autoestima sana

Vivir el presente

Tener una visión positiva

Aceptar que se está en continuo desarrollo

Aceptarse a sí mismos

Ser responsable no culparse

Reconocer logros y capacidades

PERSONALIDAD SALUDABLE

