



Mi Universidad

Infografía

NOMBRE DEL ALUMNO: Clara Belén Vázquez González

TEMA: Infografía

PARCIAL: 2

MATERIA: Desarrollo humano

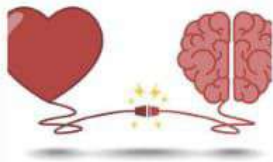
NOMBRE DEL PROFESOR: Joel Herrera Ordoñez

LICENCIATURA: Psicología General

CUATRIMESTRE: 6to

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional determina nuestro éxito en la vida.



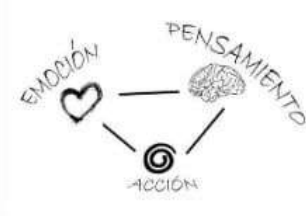
Que es la inteligencia emocional

Es una capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y ajenos, motivarnos y manejar bien nuestras emociones en nosotros mismos y nuestras relaciones.

Beneficios de la IE



- Incrementa la autoconciencia
- Nos facilita elegir aptitudes que nos hacen tolerar las presiones y frustraciones
- Mejorar nuestras capacidades 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



APTITUDES EMOCIONALES

- *Personal
 - Auticonocimiento
 - Autorregulación
 - Motivación
- *Social
 - Empatía
 - Habilidades sociales



principios de la inteligencia emocional

- Recepción
- Retención
- Análisis
- Emisión
- Control



Naturaleza de la inteligencia emocional

Inteligencia racional
Inteligencia emocional
coeficiente intelectual
determina lo que sabe la persona, pero la inteligencia emocional determina lo que hace.