



USC

Mi Universidad

Nombre del Alumno: Abigail Villafranca Aguilar.

Nombre del tema: Inteligencia emocional.

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Desarrollo humano.

Nombre del profesor: Ana Laura Culebro Torres.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6

INTELIGENCIA EMOCIONAL

La **inteligencia emocional** es la capacidad de reconocer las emociones tanto propias como ajenas y de gestionar nuestra respuesta ante ellas.



Características de la inteligencia emocional.

- Origen del término
- Inteligencia tradicional
- Capacidades emocionales adquiridas
- Reconocimiento y dominio de emociones
- Flexibilidad y adaptabilidad
- Empatía
- Educación de las emociones

Características de las personas con inteligencia emocional.

- Sabe reafirmar su valor
- Pone límites para su bienestar
- Se cuidan físicamente
- Se expresan asertivamente
- Tienen un buen manejo del tiempo

Liderazgo.

- Influir sobre las personas.
- Se necesitan aptitudes específicas.
- Motivar, dirigir y guiar.



Comunicación emocional.

Es sencillamente la transmisión de nuestras emociones a otras personas, ya sea una audiencia multitudinaria o a una única persona.