



Nombre del alumno: Kevin Alberto Aguilar Galvez

**Nombre de la materia:
DESARROLLO HUMANO**

**Nombre del profesor: PAOLA
JACQUELINE ALBARRAN SANTOS**

**Nombre de la licenciatura:
psicología**

Cuatrimestre: 6 cuatrimestre



¿ EN QUE AYUDA ?

ayuda a sentirte mejor contigo mismo en tanto que eres más consciente de cuáles son todas tus capacidades y tu potencial interno basado en la inteligencia y la voluntad.

La inteligencia emocional incorpora un conjunto de procesos psicológicos que involucran el procesamiento de la información afectiva: reconocimiento, valoración y expresión de las emociones, gestión, regulación y manejo de estas

IMPORTANCIA

La inteligencia emocional es la habilidad de comprender con precisión tus emociones y reconocer correctamente las emociones de los demás. Es una habilidad blanda fundamental para la colaboración efectiva, las relaciones interpersonales y la buena comunicación en el lugar de trabajo.

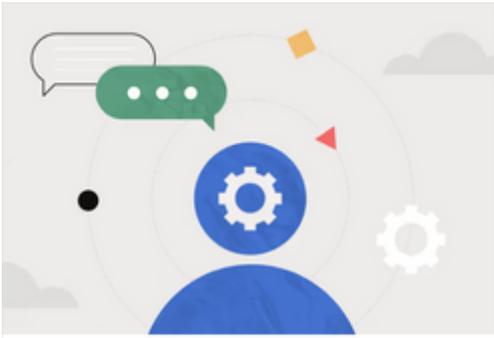
¿QUE ES?

La inteligencia emocional es la habilidad de reconocer, regular y comprender las emociones, tanto en ti mismo como en los demás. La inteligencia emocional alta te ayuda a conectar con otras personas, forjar relaciones empáticas, comunicar de manera efectiva, resolver conflictos y expresar tus sentimientos.

ATRIBUTOS DE LA INTELIGENCIA

- AUTOCONICIMIENTO
- AUTORREGULACION
- MOTIVACION
- EMPATIA
- HABILIDAD SOCIAL

APLICACIÓN
DE LA
INTELIGENCIA
EMOCIONAL



La importancia de la inteligencia emocional [2024] • Asana

Aprende cómo entender tus propias emociones y reconocer con precisión las emociones de los demás con nuestros 9 consejos para desarrollar tu inteligencia emocional.

• Asana / Feb. '24