



**Nombre del Alumno/a: Andrea Delina Morgan
Villatoro**

**Título: “Características de la inteligencia
emocional “**

Materia: Desarrollo Humano

Profesora: Paola Jacqueline Albarrán Santos

Enfermería 6to “C”

26-Mayo-2024

Características de la inteligencia emocional

La inteligencia emocional es una habilidad crucial que nos permite manejar nuestras emociones y las de los demás de manera efectiva

Conciencia de uno mismo

Esta característica implica reconocer tus propias emociones y comprender cómo te afectan

Autorregulación

La autorregulación se refiere al autocontrol. Implica mantener una línea de honestidad e integridad, asumir responsabilidades y ser flexible al gestionar los cambios

Automotivación

La automotivación es la capacidad de aspirar a mejorar o lograr un estándar de excelencia. Implica asumir los objetivos de la organización y estar dispuesto a actuar cuando surge una oportunidad

Empatía

La empatía es la habilidad de comprender y compartir las emociones de los demás

Habilidades sociales

Las habilidades sociales son fundamentales en la inteligencia emocional