

ALUMNO: SHAILA YASMIN LÓPEZ CRUZ

PROFESOR: PAOLA JAQUELINE ALBARRAN SANTOS

MATERIA: DESARROLLO HUMANO

CUATRIMESTRE: 6

GRUPO: A

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIS.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

¿Qué es inteligencia?

- 1- Capacidad de entender y comprender
- 2- Capacidad de resolver problemas
- 3- Conocimientos, comprensión, acto de entender

● Inteligencia emocional:

° Autorregulación: Mejorar nuestras emociones, comportarse de manera adecuada

° Autoconciencia: Analizar nuestras emociones saber porque sentirnos lo que sentimos conocer nuestras habilidades y debilidades

° Automatización: Motivarnos a nosotros mismos

° Empatía: Cognitiva emocional

° Socialización: Crear ambientes positivos

¿Cómo surgió?

La inteligencia surge como un concepto completamente novedoso acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la universidad de Harvard Daniel Goleman