



UDS

Mi Universidad

Nombre del Alumno: Wendy Lizeth Ramírez Pérez

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del Tema: Inteligencia Emocional

Nombre del profesor: Joel Herrera

Nombre de la Licenciatura: Trabajo Social Y Gestión Comunitaria

Cuatrimestre: 6

INTELIGENCIA EMOCIONAL

¿Qué es?

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



Componentes de la inteligencia emocional. (Aptitudes Emocionales)

APTITUD PERSONAL: Autoconocimiento, Autorregulación Y Motivación.
APTITUD SOCIAL: Empatía Y Habilidades Sociales.



Características de la Inteligencia Emocional:

Desarrollo de habilidades, Conocimiento, Bienestar, Equilibrio, Motivación, Empatía, Control de Impulsos, Comprensión Y Comunicación.



Naturaleza de la Inteligencia Emocional:

RACIONAL: El coeficiente intelectual determina lo que sabe una persona.
EMOCIONAL: Inteligencia emocional determina lo que hará.



Importancia de la Inteligencia Emocional:

Desarrollo personal, Habilidad en el trato con los demás, Eficiencia Y Eficaz en la vida, Dominio del carácter, Satisfacción, Conocimiento de sí mismo, Alcance del éxito Y Felicidad.

