



**ING: MAGNER JOEL HERRERA ORDOÑEZ**

ALUMNA: AURI PEREZ MORALES

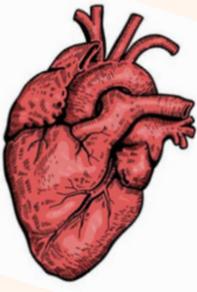
MATERIA: DESARROLLO HUMANO

GRUPO: (A)      6TO CUATRIMESTRE

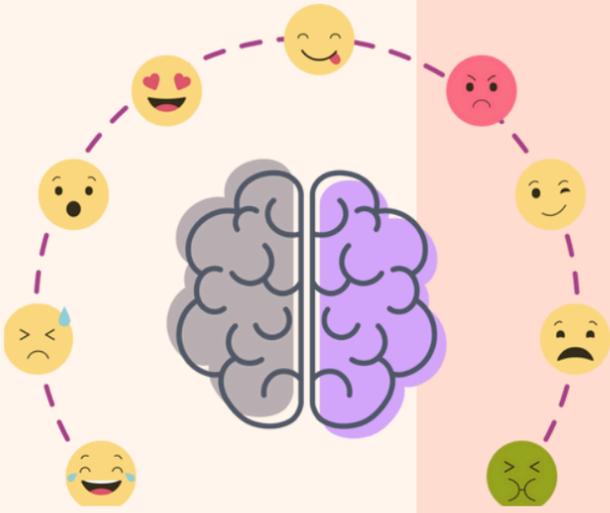
LICENCIATURA: TRABAJO SOCIAL Y GESTIÓN COMUNITARIA



“NO SE PUEDE TENER ÉXITO SÓLO DEPENDIENDO DE NUESTRAS FACULTADES INTELECTUALES, SI NO QUE EL MANEJO CORRECTO DE LAS EMOCIONES SON LA PIEDRA ANGULAR DEL ÉXITO”.



# Inteligencia Emocional



## ¿Qué es la inteligencia emocional?

Es un constructo que se refiere a la capacidad de los individuos para reconocer sus propias emociones y las de los demás, discernir entre diferentes sentimientos y etiquetarlos apropiadamente.

## Beneficios de la IE:

- Incrementa la autoconciencia
- Nos facilita elegir aptitudes que nos hacen tolerar las presiones y frustraciones.
- Mejoramos nuestra capacidad de trabajar en equipo.
- Nos ayuda a crecer socialmente.
- Aumenta la motivación y otorga capacidad de liderazgo
- Nos brinda mas posibilidades de éxito y desarrollo personal.



EMOCIONAL INTELLECTO



## Componentes de la Inteligencia emocional: Aptitudes Emocionales

### Aptitud Personal:

- Autoconocimiento
- Autorregulación
- Motivación

### Aptitud Social:

- Empatía
- Habilidades sociales

## Características de la Inteligencia Emocional:

1. Desarrollo de habilidades
2. Bienestar
3. Motivación
4. Control de impulsos
5. Conocimiento
6. Equilibrio
7. Empatía
8. Comprensión
9. Comunicación



## Importancia de la Inteligencia Emocional:

- Desarrollo personal
- Habilidad en el trato con los demás
- Eficiencia y eficacia en la vida
- Dominio del carácter
- Felicidad
- Alcance del éxito
- Conocimiento de si mismo
- Satisfacción

