



Mi Universidad

Actividad II

Nombre del Alumno: Marian Lucero Solís Mazariegos

Tema: Inteligencia Emocional

Parcial: 1

Materia: Desarrollo Humano

Nombre del Profesor: Lic. Mike Anderson Hernández Ordóñez

Licenciatura: Derecho

Cuatrimestre: 6°

Lugar y Fecha: Universidad Del Sureste a 19 de junio del 2024

INTELIGENCIA EMOCIONAL

no se puede tener éxito solo dependiendo de nuestras facultades intelectuales, si no que el manejo correcto de las emociones son la piedra angular del éxito



01 INVESTIGACIÓN

capacidad de reconocer, comprender y tener el manejo efectivo, oportuno y conveniente de cada una de nuestras emociones y sentimientos y utilizarlas para guiar nuestra conducta y nuestros procesos de pensamiento



02 BENEFICIOS

- 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 más posibilidades de éxito y desarrollo personal



COMPONENTES

autoconocimiento

- autorregulación
- motivación

- 1. empatía
- 2. habilidades sociales

03 PRINCIPIOS Y CARACTERÍSTICAS

- recepción, retención, análisis, emisión, control
- Desarrollo de habilidad, conocimiento, bienestar, equilibrio, motivación, empatía



04 NATURALEZA

inteligencia racional e inteligencia emocional

el coeficiente intelectual determina lo que sabe una persona, pero la inteligencia emocional determina lo que hará



IMPORTANCIA

- desenvolvimiento personal
- habilidad en el trato con los demás
- eficiencia y eficacia en la vida
- dominio del carácter
- felicidad
- alcance del éxito
- conocimiento de sí mismo
- satisfacción

