



Nombre: Rosaura Hernández González

Maestra: Luisa Bethel Sánchez López

Desarrollo humano

6to cuatri

Ensayo

INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer, entender, gestionar y utilizar las emociones de manera efectiva en uno mismo.

Así mismo la inteligencia emocional puede desarrollarse y mejorarse con la práctica y es una habilidad esencial que puede afectar nuestras vidas ya que juegan un papel importante en nuestras vidas.

Existen varias características de la inteligencia emocional en el cual una de ellas es la inteligencia tradicional que se mide por variables donde la capacidad de la persona está determinada por un CI que indica cuán inteligente tiene.

La inteligencia emocional puede influir en la vida personal y profesional.