



NOMBRE DE ALUMNO:

Marco Antonio jimenez cruz

MAESTRO

Anel Alejandra Ruiz Ordoñez

MATERIA

Desarrollo Humano

CUATRIMESTRE

6to.

CARRERA

psicología



INTELIGENCIA EMOCIONAL



LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ES LA CAPACIDAD DE RECONOCER Y COMPRENDER LAS EMOCIONES PROPIAS Y AJENAS Y UTILIZAR ESTA CONSCIENCIA PARA GUIAR EL PENSAMIENTO Y LA CONDUCTA



RECONOCE TUS EMOCIONES

se consciente de tus sentimientos y pensamientos

ENTIENDE A LOS DEMAS comprende las emociones y perspectivas de los demas.

GESTIONA TUS EMOCIONES

aprende a manejar tus emociones de manera efectiva.

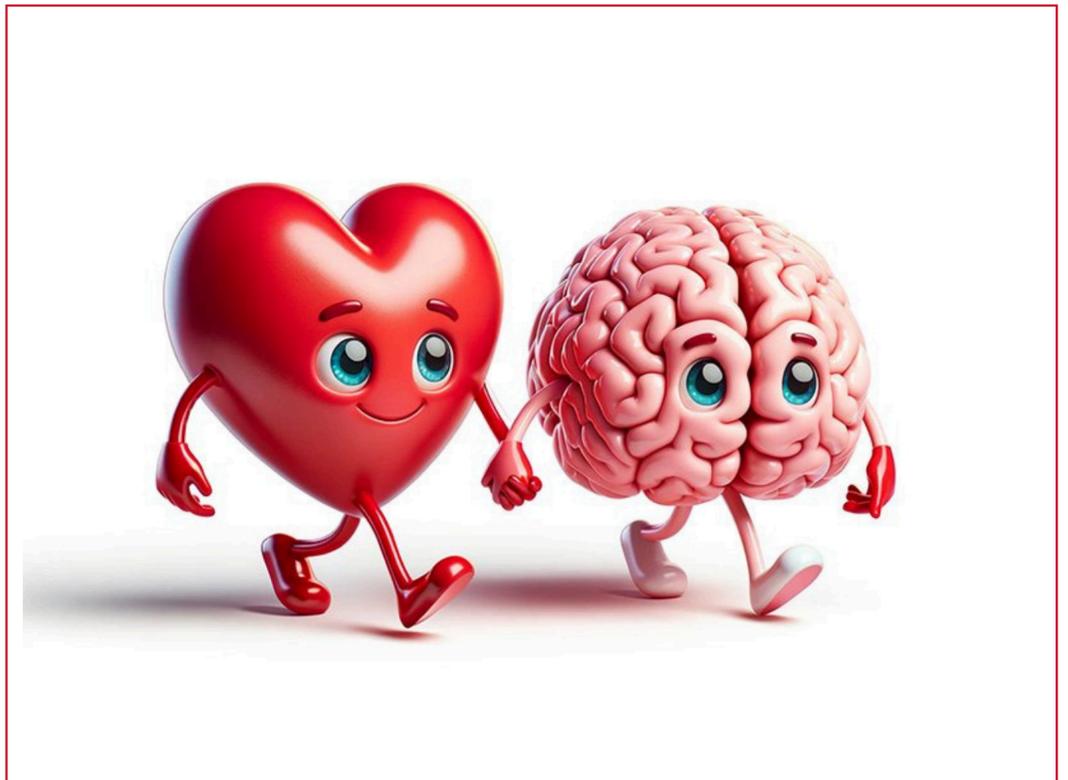
COMUNICA CON EMPATIA

28/07/2024

REALIZADO POR:
marco antonio

BENEFICIOS

- Mejora tus relaciones personales y profesionales .
- Toma decisiones mas informadas
- maneja el estrés y la ansiedad de manera efectiva 🖐️🖐️🖐️🖐️🖐️🖐️
- Incrementa tu autoestima y confianza.



LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ES LA CLAVE PARA UNA VIDA MAS ARMONICA Y PLENA.....