



**ALUMNA: Wendy Guadalupe
Díaz castro**

**CATEDRATICO: Luisa Bethel
López Sánchez**

MATERIA: Desarrollo Humano

TEMA: Inteligencia Emocional

6 de junio 2025

INTELIGENCIA EMOCIONAL

la inteligencia emocional es un constructor que nos ayuda a entender de que manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligencia tanto sobre nuestras emociones como en nuestra interpretación de los estados emocionales de los demás



las emociones juegan un papel vital en nuestro día a día si pensamos detenidamente en la transcendencia de nuestras emociones en nuestra vida diaria nos daremos cuenta rápidamente que son muchas las ocasiones en que estás influyen decisivamente en nuestra vida aunque no nos demos cuenta.

La inteligencia emocional (IE) es fundamental en la vida diaria porque influye directamente en cómo entendemos, manejamos y expresamos nuestras emociones, así como en cómo interactuamos con los demás.



Características de la inteligencia emocional:

- Origen del término
- La inteligencia tradicional
- Las capacidades emocionales
- Reconocimiento y dominio de emociones
- Flexibilidad y adaptabilidad
- Empatía
- Educacion de las emociones
- Solidaridad con otros
- Asertividad
- Capacidad para liberar

