

01

NOMBRE DE LA ALUMNA:

JIMENA MIRANDA VALDEZ.

02

03

NOMBRE DEL MAESTRO:

**PAOLA GUADALUPE DOMINGUEZ
RUIZ.**

04

05

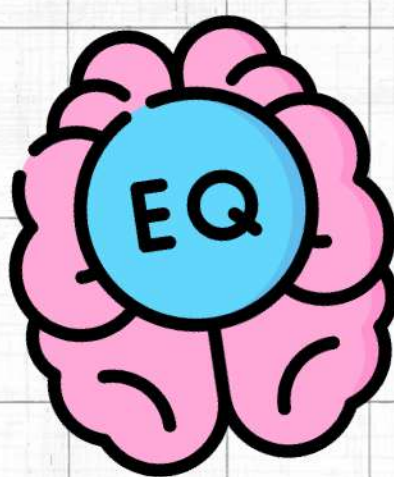
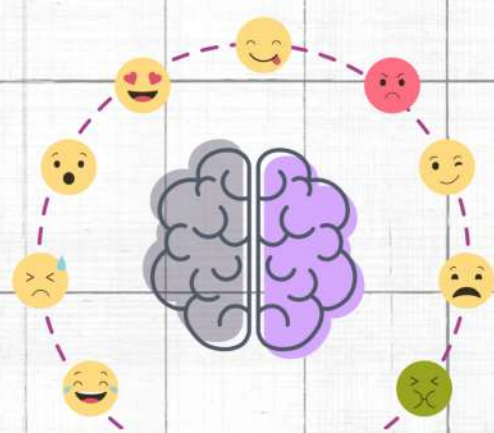
**SEXTO CUATRIMESTRE,GRUPO
“A”.**

- Verywell Mind: <https://www.verywellmind.com/what-is-emotional-intelligence-2795423>
- Aicura: <https://www.aicura.com/eleadership/personal-effectiveness/golemans-5-elements-of-eq>

- ScienceDirect: <https://www.sciencedirect.com/topics/psychology/emotional-intelligence>
- Valamis: <https://www.valamis.com/hub/emotional-intelligence-in-the-workplace>



INTELIGENCIA EMOCIONAL...



¿QUÉ ES?...

Capacidad de reconocer, comprender y manejar nuestras propias emociones y las de los demás.



¿PARA QUÉ SIRVE?...

Mejora nuestras relaciones, el rendimiento personal, y ayuda a tomar decisiones más conscientes.



¿QUÉ INCLUYE?...

Autoconocimiento, autocontrol, empatía, motivación y habilidades sociales.

- 1- Autoconocimiento
- 2- Autocontrol
- 3- Motivación
- 4- Empatía
- 5- Relaciones Interpersonales

