

CONCIENCIA EMOCIONAL

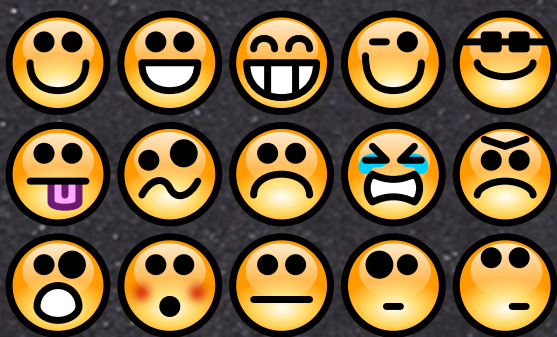


¿QUE SON LAS EMOCIONES?

Es la manera natural en la que los humanos reaccionamos

¿COMO SE MANIFIESTAN?

A través de la expresión, lenguaje no verbal y tono de voz



HABILIDADES PARA LA VIDA y TU BIENESTAR

- Comunicación asertiva
- Pensamiento creativo
- Toma de deslciones
- Relaciones Personales



5 COMPETENCIAS EMOCIONALES

- Cooperación
- Asertividad
- Responsabilidad
- Empatía
- Autocontrol

