

# INTELIGENCIA EMOCIONAL



Luego de ver el video <https://youtu.be/k6Op1gHtdoo>

## LOS BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

¿Quién es Daniel Goleman?

¿Que es la Inteligencia emocional?

¿Cómo podemos manejar mejor nuestras emociones?

¿Qué es el programa "SEL" implementados en los colegios?



¿En qué nos beneficia saber controlar nuestras emociones?



Saber controlar nuestras emociones ¿Nos servirá para lograr nuestras metas? ¿Por qué?

