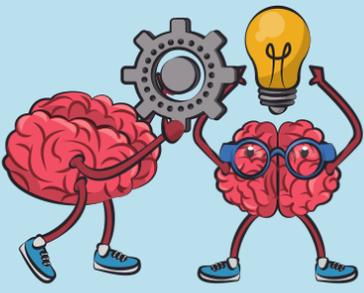


MEMBRESÍA DE DAVID BERTRAN COACH

CÓMO DESARROLLAR TU INTELIGENCIA EMOCIONAL Y MEJORAR TODA TU VIDA



1) CI VERSUS IE

Nuestro cociente intelectual es mucho menos relevante en nuestra vida que nuestra inteligencia emocional. Diversos estudios y expertos lo han demostrado.

2) EL AUTOCONOCIMIENTO

Nuestro autoconocimiento nos permite entre otras cosas entender, porque hacemos aquello que hacemos y porque dejamos de hacer aquello que dejamos de hacer.



3) LA AUTO RREGULACIÓN

La autorregulación nos permite gestionar nuestra libertad entre el estímulo que recibimos y la respuesta que damos.

4) LA AUTOMOTIVACIÓN

La automotivación se muestra en aquello que somos capaces de hacer cuando nadie nos está mirando. Eso es lo que diferencia los grandes resultados en las personas..



5) LA EMPATÍA

Tener la capacidad de ponerse en los zapatos del otro, sin perderse en el otro, es fundamental para sostener unas buenas relaciones con los demás

6) LAS HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales se desarrollan a través de la práctica, todo el mundo puede desarrollar enormemente sus habilidades sociales.



7) LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Existen múltiples inteligencias más allá de la inteligencia cognitiva, valorada a través del cociente intelectual. Todos somos superdotados en algún bar, ámbito e infradotados en otros

WWW.DAVIDBERTRANCOACH.COM