



Liderazgo e Inteligencia Emocional

**Liderazgo e
Inteligencia Emocional**



Las emociones nos ayudan a relacionarnos eficazmente con nuestro entorno, por ello son adaptativas.





Liderazgo e Inteligencia Emocional



Las emociones nos ayudan a generar comportamientos que tratan de eliminar situaciones desagradables y a hacer perdurar las agradables.



**Liderazgo e
Inteligencia Emocional**

Las emociones evalúan rápidamente situaciones informando acerca de si algo es importante para nuestro bienestar.



**Liderazgo e
Inteligencia Emocional**

Las emociones informan sobre el peligro antes de que nuestro pensamiento pueda hacer una evaluación eficaz sobre él



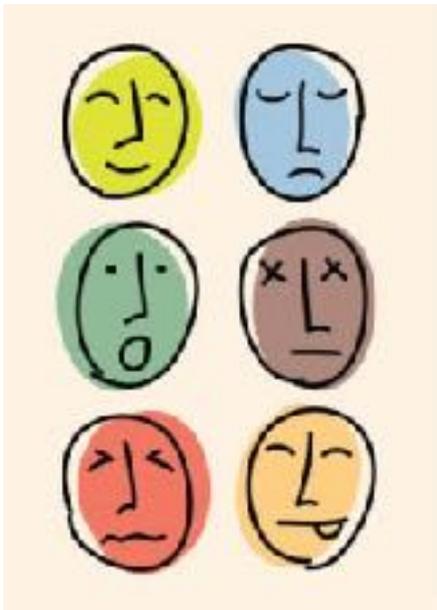
**Liderazgo e
Inteligencia Emocional**



Las emociones ayudan a comunicar nuestros estados internos a los demás



Liderazgo e Inteligencia Emocional



Ayudan a transmitir cómo nos sentimos



Regulan el comportamiento ajeno



Son determinantes para percibir el entorno



Afectan de manera decisiva al aprendizaje

Liderazgo e Inteligencia Emocional



Resumiendo

- La emoción es una señal para nosotros mismos



- La emoción nos prepara para la acción



- La emoción vigila el estado de nuestras relaciones



Liderazgo e Inteligencia Emocional



Resumiendo

- Las emociones evalúan si las cosas nos van bien



- Las emociones sirven de señales a los demás





Liderazgo e Inteligencia Emocional



El estado emocional agradable facilita

Creatividad

Flexibilidad

Cooperación

Más rendimiento

El estado emocional desagradable facilita

Pensamiento analítico

Pensamiento crítico

Más competitividad

Mayor persuasión



Liderazgo e Inteligencia Emocional