

La inteligencia emocional en el liderazgo

La inteligencia emocional es una capacidad que todo líder debe desarrollar. Veamos el por qué y cómo potenciarla.

Los buenos líderes son aquellos que nunca pierden el control, que se enfrentan a sus retos dejando a un lado sus problemas personales y confían plenamente en sí mismos. Demuestran su inteligencia emocional en el liderazgo.

Los buenos líderes se reconocen porque escuchan a los suyos y son comunicativos y porque se informan antes de tomar decisiones, valorando seriamente sus posibles repercusiones. Así, la inteligencia emocional juega un papel fundamental en liderazgo.

El liderazgo es una capacidad que todos deberíamos potenciar, porque seguramente en alguna ocasión tendremos la oportunidad de ponerla en práctica como empresarios, como padres, como maestros, como terapeutas, etc. Por lo tanto, es necesario que tengamos en cuenta las implicaciones que la inteligencia emocional tiene para jugar este papel para desarrollar las capacidades necesarias.

¿Qué es la inteligencia emocional?

La inteligencia emocional (IE) es la capacidad de entender y manejar tus propias emociones y las de las personas que te rodean. Las personas con un alto grado de inteligencia emocional saben lo que sienten, lo que significan sus emociones y cómo estas emociones pueden afectar a otras personas.

La inteligencia emocional en el liderazgo es esencial para conseguir el éxito. Después de todo, ¿quién es más probable que tenga éxito, un líder que grita a su equipo cuando está bajo estrés, o un líder que controla y evalúa con calma la situación?

Según Daniel Goleman, psicólogo estadounidense que ayudó a popularizar la IE, hay cinco elementos principales de la inteligencia emocional en el liderazgo:

- Conciencia de sí mismo.
- La autorregulación.

- Motivación.
- Empatía.
- Las habilidades sociales.

Cuanto mayor sea la capacidad del líder para administrar cada una de estas áreas mayor será su inteligencia emocional.

Fuente: <https://lamenteesmaravillosa.com/inteligencia-emocional-en-el-liderazgo/>