

Curso: Venta emocional.

Módulo 1 - La inteligencia emocional y la venta.

Qué es la inteligencia emocional

Inteligencia emocional, la 'soft skill' más demandada en el ámbito laboral

Alegría, nerviosismo, sorpresa, ira, calma, decepción... Gestionar la catarsis de emociones que vivimos a diario no es fácil. Sin embargo, la inteligencia emocional se abre paso cada vez con más fuerza como vía para alcanzar la felicidad en cualquier ámbito de nuestras vidas, incluido el laboral. ¿Dispuesto a aprender a ser feliz?



Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Qué es la inteligencia emocional

Inteligencia emocional, la 'soft skill' más demandada en el ámbito laboral

Alto rendimiento Productividad laboral Competencias profesionales

Alegría, nerviosismo, sorpresa, ira, calma, decepción... Gestionar la catarata de emociones que vivimos a diario no es fácil. Sin embargo, la inteligencia emocional se abre paso cada vez con más fuerza como vía para alcanzar la felicidad en cualquier ámbito de nuestras vidas, incluido el laboral. ¿Dispuesto a aprender a ser feliz?

Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Las emociones influyen en nuestro día a día. Por ello, la publicación del libro Inteligencia emocional en 1995 por parte del psicólogo norteamericano Daniel Goleman lanzó al estrellato esta disciplina a nivel global. Incluso la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) puso en marcha una iniciativa en 2002 por la que remitió a los ministros de educación de 140 países una declaración con diez principios básicos para poner en marcha programas de aprendizaje social y emocional.

Qué es y para que sirve la inteligencia emocional

Para Goleman, la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones. ¿Para qué sirve? Principalmente, para sacar más partido de nuestra propia información emocional y de la de los demás porque la emoción es la expresión física de nuestra mente y nunca

mente. Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es muy útil tanto en nuestra vida personal como profesional porque permite, por ejemplo, ser consciente de lo que decimos y cómo lo decimos.

¿Gestionar adecuadamente las emociones puede llevarnos a la felicidad? La inteligencia emocional ayuda a superar actitudes, creencias y hábitos negativos que nos condicionan y nos limitan impidiendo sacar todo nuestro potencial. Timothy Gallwey, autor de numerosos libros para el desarrollo de la excelencia personal y profesional, decía en este sentido que el rendimiento en nuestras vidas se puede representar con una simple ecuación: R (rendimiento) = P (potencial) - I (interferencias). Es decir, cuantas menos interferencias emocionales negativas tengamos, mayor potencial sacaremos.

Qué es la inteligencia emocional

Inteligencia emocional, la 'soft skill' más demandada en el ámbito laboral

Alto rendimiento Productividad laboral Competencias profesionales

Alegría, nerviosismo, sorpresa, ira, calma, decepción... Gestionar la catarsis de emociones que vivimos a diario no es fácil. Sin embargo, la inteligencia emocional se abre paso cada vez con más fuerza como vía para alcanzar la felicidad en cualquier ámbito de nuestras vidas, incluido el laboral. ¿Dispuesto a aprender a ser feliz?

Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Las emociones influyen en nuestro día a día. Por ello, la publicación del libro Inteligencia emocional en 1995 por parte del psicólogo norteamericano Daniel Goleman lanzó al estrellato esta disciplina a nivel global. Incluso la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) puso en marcha una iniciativa en 2002 por la que remitió a los ministros de educación de 140 países una declaración con diez principios básicos para poner en marcha programas de aprendizaje social y emocional.

Qué es y para que sirve la inteligencia emocional

Para Goleman, la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones. ¿Para qué sirve? Principalmente, para sacar más partido de nuestra propia información emocional y de la de los demás porque la emoción es la expresión física de nuestra mente y nunca miente. Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es muy útil tanto en nuestra vida personal como profesional porque permite, por ejemplo, ser consciente de lo que decimos y cómo lo decimos.

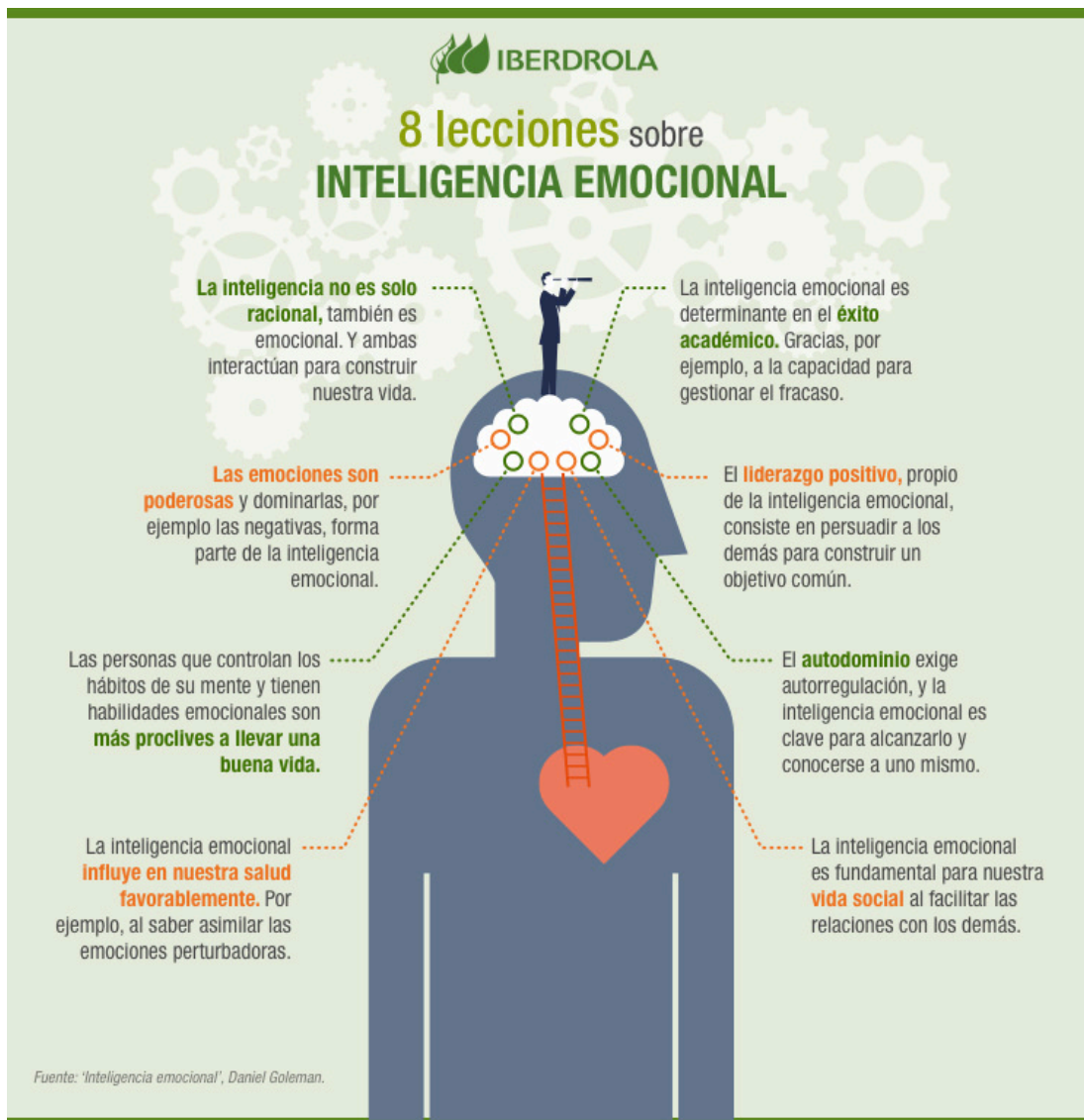
¿Gestionar adecuadamente las emociones puede llevarnos a la felicidad? La inteligencia emocional ayuda a superar actitudes, creencias y hábitos negativos que nos condicionan y nos limitan impidiendo sacar todo nuestro potencial. Timothy Gallwey, autor de numerosos libros para el desarrollo de la excelencia personal y profesional, decía en este sentido que el rendimiento en nuestras vidas se puede representar con una simple ecuación: R (rendimiento) = P (potencial) - I (interferencias). Es decir, cuantas menos interferencias emocionales negativas tengamos, mayor potencial sacaremos.

Inteligencia emocional en la empresa

La inteligencia emocional en el trabajo es una de las competencias más demandadas por las empresas en la actualidad, sobre todo, a medida que se automatizan las tareas más repetitivas y rutinarias. De hecho, según un reciente estudio de CapGemini denominado Emotional Intelligence: The Essential Skillset For The Age Of AI, el 76% de los directivos considera que los empleados deben desarrollar estas competencias, dado que tendrán que adaptarse a más funciones relacionadas con el trato personal y del cliente.

Siguiendo con el informe, el mismo porcentaje señala que los empleados tendrán que asumir más tareas que exigen competencias emocionales y no pueden ser automatizadas, como la empatía, la persuasión y el trabajo en equipo. En general, el 83% de las empresas señala que tener una plantilla con altas competencias en inteligencia emocional será imprescindible para alcanzar el éxito en los años venideros.

Según Goleman, un alto coeficiente intelectual solo es capaz de predecir el 20% de los factores determinantes del éxito, mientras que el 80% restante depende de otro tipo de variables como la clase social, la suerte y, en gran medida, la inteligencia emocional. En las empresas ocurre algo similar, a tenor de lo que menciona el estudio: el 60% de las organizaciones con una plantilla emocionalmente inteligente consiguen un resultado un 20% mejor que el resto en diversos factores de negocio como la productividad, la satisfacción del empleado, la cuota de mercado o la atención al cliente.



Qué es la inteligencia emocional

Inteligencia emocional, la 'soft skill' más demandada en el ámbito laboral

Alto rendimiento Productividad laboral Competencias profesionales

Alegría, nerviosismo, sorpresa, ira, calma, decepción... Gestionar la catarata de emociones que vivimos a diario no es fácil. Sin embargo, la inteligencia emocional se abre paso cada

vez con más fuerza como vía para alcanzar la felicidad en cualquier ámbito de nuestras vidas, incluido el laboral. ¿Dispuesto a aprender a ser feliz?

Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es útil para nuestra vida personal y profesional.

Las emociones influyen en nuestro día a día. Por ello, la publicación del libro Inteligencia emocional en 1995 por parte del psicólogo norteamericano Daniel Goleman lanzó al estrellato esta disciplina a nivel global. Incluso la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) puso en marcha una iniciativa en 2002 por la que remitió a los ministros de educación de 140 países una declaración con diez principios básicos para poner en marcha programas de aprendizaje social y emocional.

Qué es y para que sirve la inteligencia emocional

Para Goleman, la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones. ¿Para qué sirve? Principalmente, para sacar más partido de nuestra propia información emocional y de la de los demás porque la emoción es la expresión física de nuestra mente y nunca miente. Las emociones nos informan de cómo procesamos lo que vivimos y esto es muy útil tanto en nuestra vida personal como profesional porque permite, por ejemplo, ser consciente de lo que decimos y cómo lo decimos.

¿Gestionar adecuadamente las emociones puede llevarnos a la felicidad? La inteligencia emocional ayuda a superar actitudes, creencias y hábitos negativos que nos condicionan y nos limitan impidiendo sacar todo nuestro potencial. Timothy Gallwey, autor de numerosos libros para el desarrollo de la excelencia personal y profesional, decía en este sentido que el rendimiento en nuestras vidas se puede representar con una simple ecuación: R (rendimiento) = P (potencial) - I (interferencias). Es decir, cuantas menos interferencias emocionales negativas tengamos, mayor potencial sacaremos.

Inteligencia emocional en la empresa

La inteligencia emocional en el trabajo es una de las competencias más demandadas por las empresas en la actualidad, sobre todo, a medida que se automatizan las tareas más repetitivas y rutinarias. De hecho, según un reciente estudio de CapGemini denominado Emotional Intelligence: The Essential Skillset For The Age Of AI, el 76% de los directivos considera que los empleados deben desarrollar estas competencias, dado que tendrán que adaptarse a más funciones relacionadas con el trato personal y del cliente.

Siguiendo con el informe, el mismo porcentaje señala que los empleados tendrán que asumir más tareas que exigen competencias emocionales y no pueden ser automatizadas, como la empatía, la persuasión y el trabajo en equipo. En general, el 83% de las empresas señala que tener una plantilla con altas competencias en inteligencia emocional será imprescindible para alcanzar el éxito en los años venideros.

Según Goleman, un alto coeficiente intelectual solo es capaz de predecir el 20% de los factores determinantes del éxito, mientras que el 80% restante depende de otro tipo de

variables como la clase social, la suerte y, en gran medida, la inteligencia emocional. En las empresas ocurre algo similar, a tenor de lo que menciona el estudio: el 60% de las organizaciones con una plantilla emocionalmente inteligente consiguen un resultado un 20% mejor que el resto en diversos factores de negocio como la productividad, la satisfacción del empleado, la cuota de mercado o la atención al cliente.

Cómo desarrollar la inteligencia emocional

¿Se puede aprender a ser emocionalmente inteligente? La respuesta es sí, aunque ni es sencillo ni se consigue de un día para otro. Estos son los cinco elementos claves de la inteligencia emocional a trabajar.

Autoconciencia

Tener un profundo entendimiento de nuestras emociones y de los impulsos que las provocan para reaccionar ante ellos de una manera positiva.

Autorregulación

Controlar las emociones que generan negatividad —ansiedad, tristeza, ira, etc. --. No se trata de reprimirlas porque tienen su utilidad, sino de encontrar el equilibrio para no ser prisioneros de ellas.

Automotivación

Las personas emocionalmente inteligentes se caracterizan por sacar la voluntad y la fuerza necesaria para alcanzar sus objetivos. El optimismo es un requisito imprescindible para alcanzar metas.

Empatía

Es clave tener la capacidad de ponerse en la piel del otro, entendiendo sus sentimientos y motivaciones sin asumirlos como propios.

Habilidades sociales

Implica relacionarse con las personas del entorno para buscar no solo nuestro propio beneficio, sino también el de los demás.

Fuente: <https://www.iberdrola.com/talento/que-es-inteligencia-emocional>