

## Beneficios de la Inteligencia Emocional en Ambientes de Trabajo

Emilia Concepción, CEC



El mundo está en constante cambio. La información ahora llega de manera más rápida y es accesible a todos. La diferencia generacional ha creado una brecha en los valores y expectativas. A medida que los empleados accedan información, las experiencias aumentan y también la necesidad de los líderes de incrementar las destrezas emocionales para adaptarnos a la diversidad de individuos en las organizaciones.

Una fuerza laboral saludable promueve de manera natural la comunicación y colaboración entre todos sus miembros. La inteligencia emocional asiste a los líderes en el desarrollo de destrezas que reafirman los valores organizacionales. Definimos la inteligencia emocional como una serie de destrezas que definen cuán efectivamente percibimos, entendemos, razonamos y manejamos las emociones propias y de los demás. Estas destrezas son importantes porque las emociones están integradas en todas las actividades que realizamos en nuestro trabajo. Estudios sugieren que la inteligencia emocional en ambientes de trabajo hacen una diferencia en: la productividad y desempeño, efectividad en las relaciones interpersonales, capacidad de liderazgo, influenciar y conectar como también en mejorar los niveles de satisfacción y motivación de los miembros que la componen.

¿Qué ventajas tiene los gerentes aprender el mejoramiento de estas destrezas? La Inteligencia Emocional se compone de varias destrezas. Por ejemplo, la destreza de percibir y entender las emociones propias nos ayuda a entender qué nos motivamos como líderes. Nos asiste en reconocer cómo nuestras emociones impacta nuestras decisiones, comportamiento y desempeño en el trabajo. Cuando expresamos efectivamente nuestras emociones, creamos un entendimiento compartido con nuestros colegas, un sentido genuino de cómo nos perciben y un compromiso con la visión de la organización.

La velocidad con la cual los gerentes deben moverse, tomar decisiones, resolver retos diarios en muchas ocasiones evita que podamos tener la habilidad de estar consciente de las emociones de otros. Entender cómo le impacta a otros las decisiones que tomamos sobre ellos es otra destreza importante dentro de la inteligencia Emocional. Cuando percibimos y entendemos las emociones de otros poseemos la capacidad de entender cómo podemos conectar, responder, conectar con ellos. Adquirimos en adición un mejor entendimiento de qué los motiva para lograr el éxito en su trabajo.

Las destrezas de inteligencia emocional pueden ser promulgadas en todos los niveles de la organización. A nivel de individuos asiste a los empleados mejorar su entendimiento de sus emociones y cómo impacta las relaciones con sus compañeros y supervisores. A nivel de equipos de trabajo incrementa y alinea las metas del grupo, la cohesión y confianza entre los miembros. A nivel organizacional, asiste en la creación de una cultura- tanto a nivel individual como organizacional- en la formulación de estrategias, sistemas y proceso para transformar la organización con resultados deseados. Utilizado en

áreas o departamentos específicos les permite mejorar las funciones individuales en departamentos estratégicos como líderes, ventas y servicios al cliente.

Emilia Concepción es presidente de Strategies for Success. Es coach certificada en el área de liderazgo, Inteligencia Emocional y Manejo de Cambio. Para información de los próximos talleres de inteligencia emocional puede llamar al (787) 439-0924; [econcepción@strategies-coaching.com](mailto:econcepción@strategies-coaching.com) o acceder a: [www.strategies-coaching.com](http://www.strategies-coaching.com)