

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**



**DESARROLLO HUMANO**

**DOCENTE: LOURDES DOMINGUEZ**

**ALUMNA: NOEMI CONCEPCIÓN PUERTO ANTONIO**

**TRABAJO: SUPERNOTA**

**CARRERA: ENFERMERÍA GENERAL**

**6TO CUATRIMESTRE**

**FECHA: 07/07/23**

# IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL Y LABORAL



ES INNEGABLE QUE, EN LA ACTUALIDAD, LA INTELIGENCIA EMOCIONAL SE HA VUELTO UNA CUALIDAD INDISPENSABLE PARA EL PROFESIONAL ACTUAL Y PARA LAS ORGANIZACIONES, YA QUE PERMITE AL PROFESIONAL GESTIONAR SUS EMOCIONES PARA AFRONTAR DE MANERA ÓPTIMA CUALQUIER SITUACIÓN EN SU ENTORNO LABORAL Y PERSONAL.



HACE REFERENCIA A UN CONJUNTO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS QUE VAN MÁS ALLÁ DE LA DEFINICIÓN CONVENCIONAL DE "INTELIGENCIA" Y QUE TIENE QUE VER CON LO BIEN QUE SE NOS DA IDENTIFICAR Y GESTIONAR LAS EMOCIONES, TANTO EN LA REGULACIÓN DE NUESTRA MANERA DE COMPORTARNOS Y DE PENSAR, COMO EN LA MANERA QUE NOS COMPORTAMOS CON LOS DEMÁS.

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL Y LABORAL?

1. **PERMITE REGULAR MEJOR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD:** LA INTELIGENCIA EMOCIONAL HACE POSIBLE AFRONTAR ESTAS DINÁMICAS DE ACTIVACIÓN DE NUESTRO SISTEMA NERVIOSO SIN COMETER ERRORES QUE LLEVEN A ESTAR AUN MÁS ESTRESADOS.



2. **AYUDA A TENER ÉXITO EN PROCESOS DE NEGOCIACIÓN:** PERMITE CONOCER LAS EMOCIONES QUE PUEDEN SER "LEIDAS ENTRE LINEAS" A TRAVÉS DEL DISCURSO Y DEL LENGUAJE NO VERBAL DE LA OTRA PERSONA Y NO CONFUNDIR OBJETIVOS.



3. **FAVORECE LA CREACIÓN DE UN BUEN CLIMA LABORAL:** SE PREVIENE LA APARICIÓN DE PROBLEMAS CAUSADOS POR NO TENER ENCUENTA LAS EMOCIONES DE LOS DEMÁS.



4. **HACE POSIBLE QUE APAREZCAN DINÁMICAS DE AUTO-MOTIVACIÓN:** SOMOS CAPACES DE ANTICIPAR LOS PATRONES DE APARICIÓN DE NUESTRAS EMOCIONES, SOMOS CAPACES DE HACER QUE ESO JUEGUE A NUESTRO FAVOR, CREANDO CONTEXTOS QUE FAVOREZCAN CIERTOS ESTADOS DE ANIMO.



5. **ES MÁS FÁCIL CONECTAR CON EL CLIENTE:** SE HACE MÁS SENCILLO SABER QUE PUEDEN NECESITAR LOS CLIENTES Y LOS CONSUMIDORES, ASÍ COMO HACER NOS UNA IDEA DE LO QUE ESPERAN DE NOSOTROS EN EL MOMENTO PRESENTE.



## Bibliografía:

<https://www.avancepsicologos.com/la-importancia-de-la-inteligencia-emocional-en-el-trabajo/>