



Universidad Veracruzana



**ProAcciónUV**

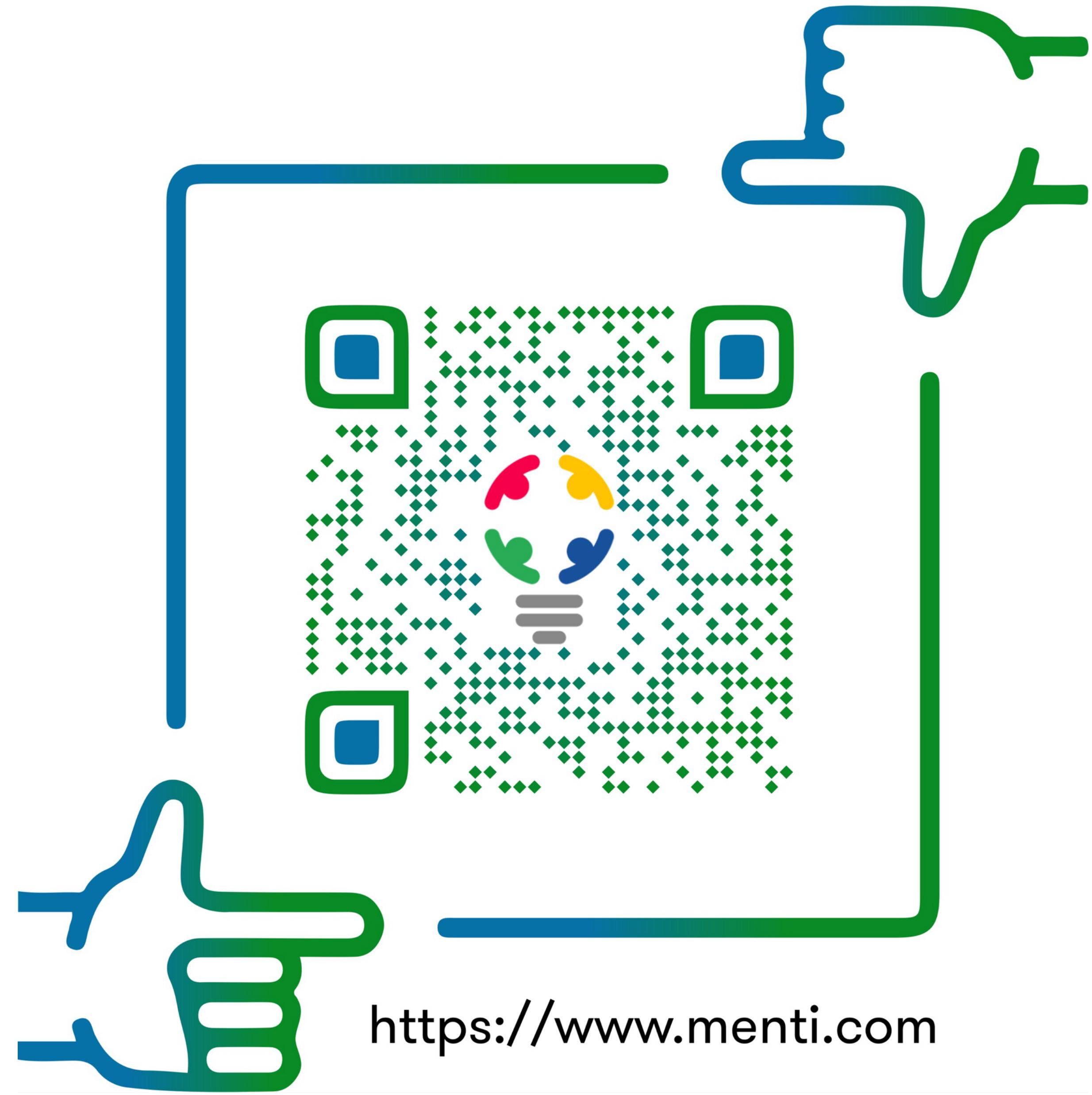
Programa de Actualización, Capacitación e Innovación  
de la Universidad Veracruzana

# Inteligencia emocional en el liderazgo

Inteligencia emocional

# Características de un líder que amas

# Características de un líder que no amas



PERCIBIR  
EMOCIONES

COMPRENDER LAS  
EMOCIONES

MANEJAR LAS  
EMOCIONES

# INTELIGENCIA EMOCIONAL



UTILIZAR LAS  
EMOCIONES

¿Por qué la Inteligencia emocional  
puede definir el éxito de un líder?

The #1 ability for leaders



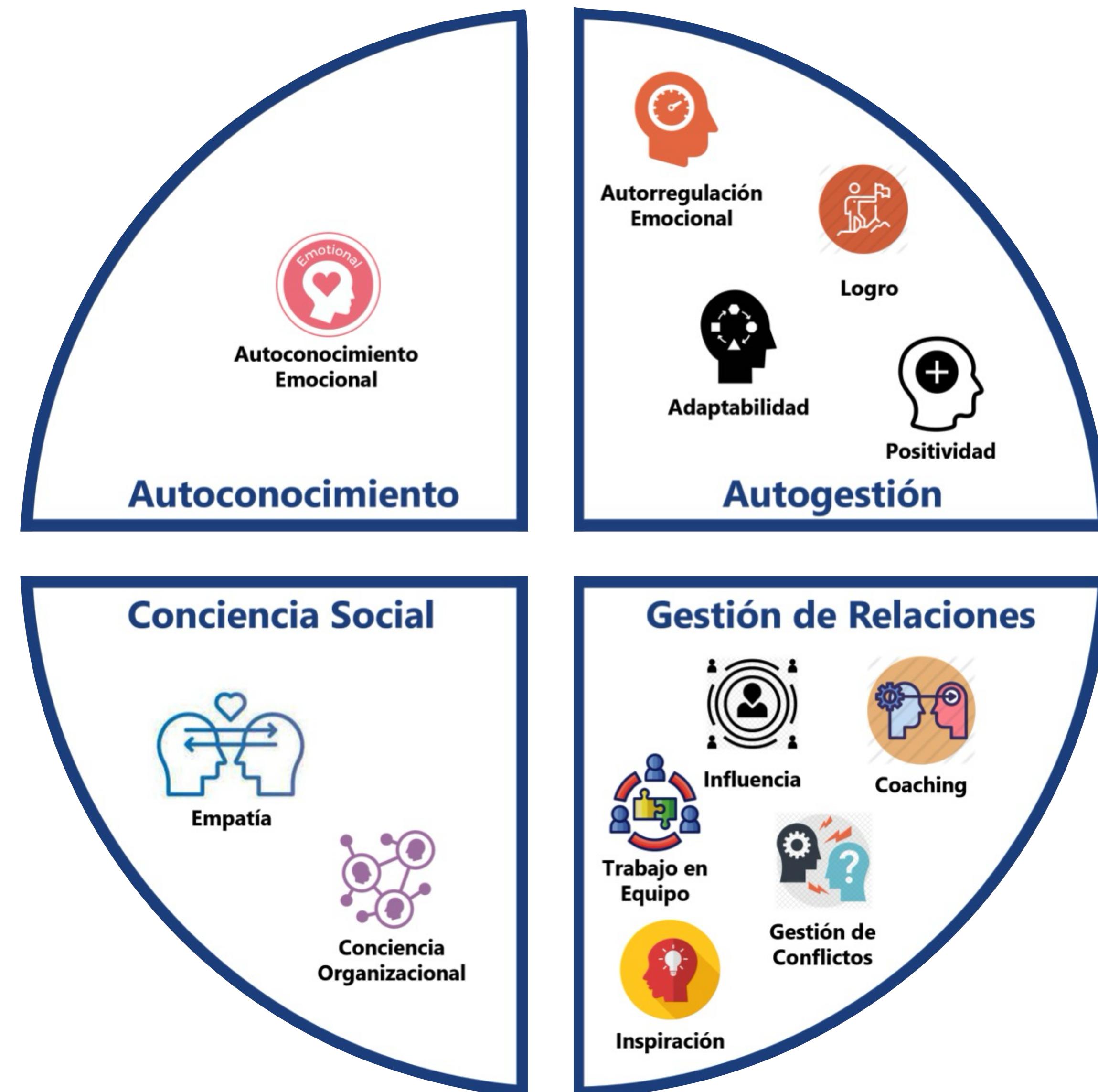
Big Think+. [BT+]. (15 de agosto de 2024). *Emotional Intelligence: The #1 ability for leaders | Daniel Goleman*. [Video]. YouTube. <https://rb.gy/lbn7jg>

«Capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás para guiar decisiones y relaciones»

- Daniel Goleman, 1995

«Estilo que inspira, desafía intelectualmente y fomenta la conexión emocional con un propósito común»

- Bass & Riggio, 2006



Las 12 competencias de la Inteligencia Emocional según Daniel Goleman

# Líderes

## Inteligencia emocional

- Autoconciencia: «reconocer emociones propias y su impacto en el equipo».
- Autorregulación: «manejar impulsos y adaptarse a crisis».
- Empatía: «escuchar activamente y validar perspectivas».
- Habilidades Sociales: Comunicación asertiva y construcción de confianza».



«El 90% de los líderes de alto desempeño tienen inteligencia emocional desarrollada»

- Bradberry, 2009

«Equipos con líderes empáticos son un 40% más productivos»

- Harvard Business Review, 2020

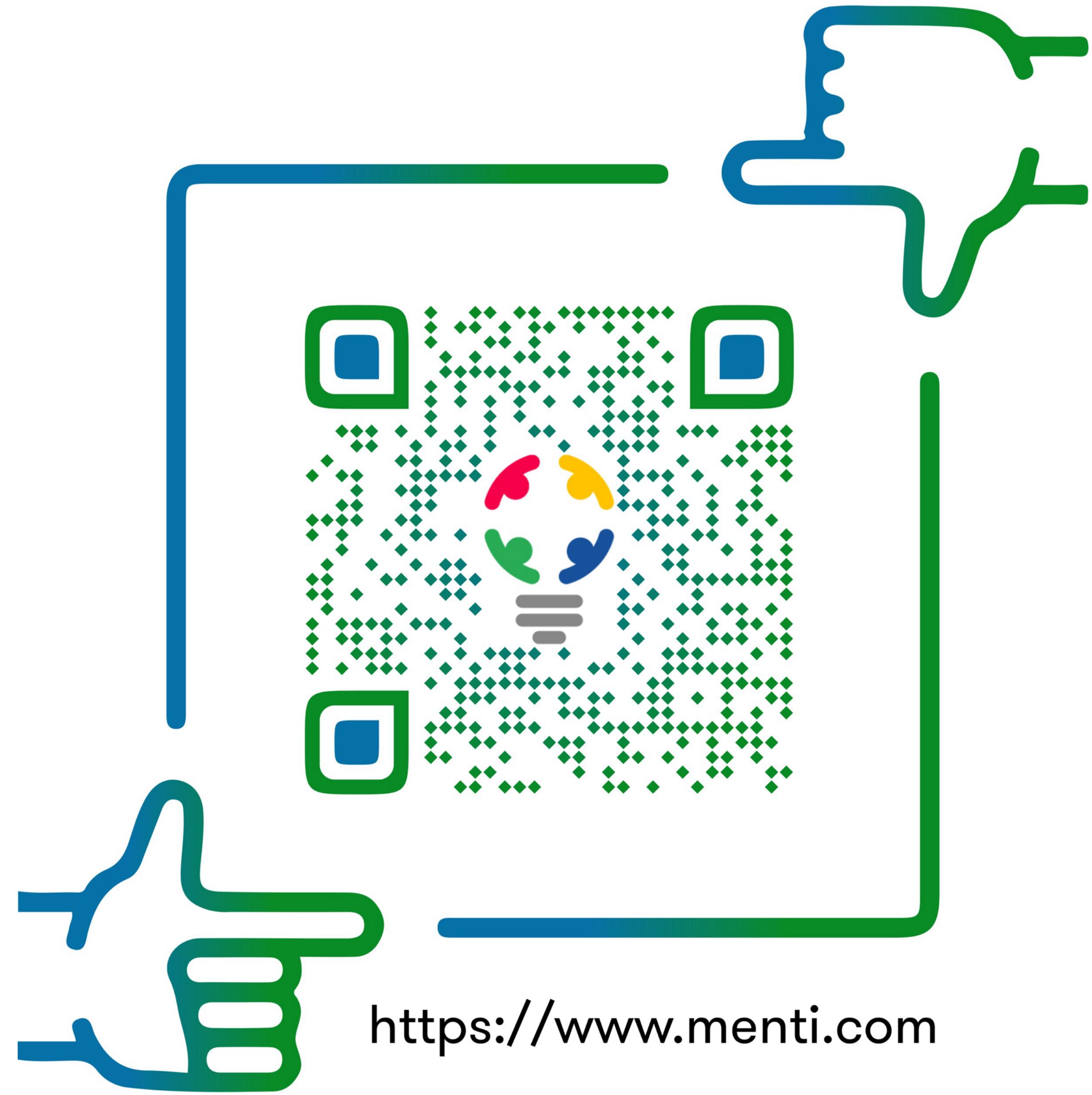
# Universidades

## Inteligencia emocional

- Taller de escucha activa.
- Ruedas de emociones.
- Métricas de seguimiento.



¿Qué emoción necesitas gestionar  
para liderar mejor?



<https://www.menti.com>

El poder de la vulnerabilidad



TED. (3 de enero de 2011). *Brené Brown: El poder de la vulnerabilidad*. [Video]. YouTube. <https://rb.gy/sdr81s>

**Gracias**

Herson Castellanos Celis  
[hecastellanos@uv.mx](mailto:hecastellanos@uv.mx)