

## **ENSAYO**

**“La Inteligencia Emocional Como el rasgo que se asemeja más a mi personalidad.”**

**ASESOR:**

**Ing. RENE PATRICIO VASQUEZ BRIONES**

**Universidad Politecnica De Las Fuerzas Armadas (ESPE)**



**Ingeniería en Mecatrónica**

**Jean Pierre Mera Guzmán**

**Ecuador**

**2022**

## **Introducción**

La inteligencia emocional es una parte fundamental para ser un líder y tener éxito laboral, es imprescindible comprender la importancia de saber manejar las emociones, para tener la capacidad profesional de tomar las mejores decisiones y resolver de manera adecuada y efectiva problemas de nuestro alrededor laboral, hoy en día la mayor parte de las empresas están considerando que es muy relevante la inteligencia emocional además de los conocimientos y capacidad de razonar de la persona que en ese momento van contratar.

## **Análisis**

No cabe Duda que la inteligencia emocional tiene un sin numero de aplicaciones tanto como en la sociedad y en el entrono laboral el cual experimente al trabajar junto a mi padre en su empresa, siendo uno de los pilares para ser un líder, el cual es un ejemplo y un modelo a seguir de los trabajadores ya que brinda motivación por la confianza que el tienen en sus trabajadores, así asegurando un éxito para cualquier negocio o empresa, “inteligencia emocional puede ser fomentada y fortalecida en todos nosotros, y cómo la falta de la misma puede influir en el intelecto o arruinar una carrera.”(Daniel Goleman, 1995, P.3).

Por otro lado, nos da la capacidad de conocer la manera en la que percibimos las situaciones y como estas nos pueden afectar, y al tener un mejor control de las emociones podremos regularlas y canalizarlas, y así cultivar mejores relaciones interpersonales logrando ser más empáticos y comprensivos, según (Mayer y Salovey ,1997, P. 10), “ la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”.

## **Conclusiones**

La inteligencia emocional permite la capacidad y habilidad para entender las necesidades de las personas que estén en nuestro trabajo o equipo.

Un grupo con inteligencia emocional actúa con eficiencia ante las adversidades ya que son conscientes de sus fortalezas y debilidades, y tienen la capacidad para enfrentar un entorno impredecible y agitado.

## **Referencia**

Goleman, D. (1995). Inteligencia Emocional. Barcelona: Ediciones B, S.A.

Mulas, B. S. (2015). La teoría de la mente en la base de la inteligencia emocional según el modelo de Mayer y Salovey (1997) (Doctoral dissertation, Universidad de Deusto).