



GESTIÓN  
EMPRESARIAL  
INTEGRAL

# ¡Bienvenidos!

**INTELIGENCIA EMOCIONAL  
EN LAS ORGANIZACIONES**

# Facilitadora: Carolina Salas Villegas

Posgrado “Diplomado en Conducción Empresarial”. (Universidad de Belgrano - 2010)

Contadora Pública (Mat. Prof. 1632 – C.P.C.E.S.J.)

Coach Ontológica Profesional (Mat. Prof. 439 – A.A.C.O.P.)

Certificada como Facilitadora de Talleres conversacionales por A&T Coaching Organizacional.

Con más de 15 años de experiencia en consultorías empresariales en reingeniería de procedimientos y personal.

Asiste a ejecutivos en procesos de Coaching Ejecutivo.

Es docente de la plataforma virtual del Instituto de Post Grado e Investigación Técnica (IPIT) del C. P.C.E. de la Provincia de Buenos Aires.

# CONTENIDO

- ¿Qué es la inteligencia emocional?
- Emociones y estados de ánimo.
- Las 7 “S” del líder emocionalmente inteligente.
- Hacia la maestría emocional. Herramientas para desarrollarla.
- Desarrollando el concepto de C.L.O. (Clima laboral óptimo)

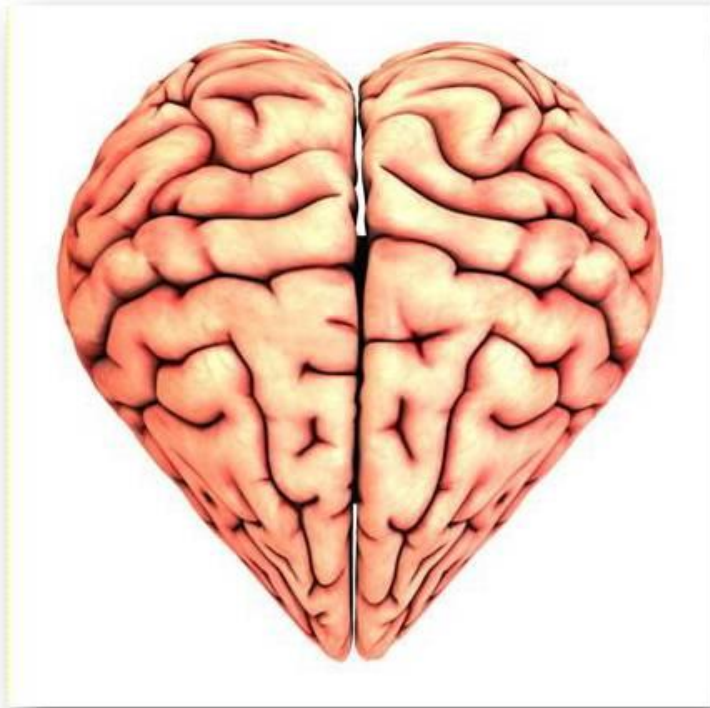


# INTELIGENCIA EMOCIONAL



# ¿Qué es la inteligencia emocional?

Es un conjunto de habilidades que sirven para expresar y controlar las emociones de la manera más adecuada en el terreno personal y social.





# EMOCIONES Y ESTADOS DE ÁNIMO



# Emociones



# ¿Qué son las emociones?


Son aquello que sentimos y que afecta a los propios pensamientos, estados psicológicos, estados biológicos y voluntad de acción.

*Daniel Goleman*





EMOCIONES	Comportamiento	Función	Correlación temporal	Actitudes apropiadas
MIEDO	Inhibición, sentimiento de fragilidad, frío, temblores	Previene de un peligro	Futuro	Protegerse
RABIA	Agitación interior, deseos de agredir	Cambiar una situación	Presente	Afirmarse, poner límites
TRISTEZA	Sentimiento de vacío, falta de energía	Aceptar lo incambiable, la pérdida	Pasado	Hacer el duelo
ALEGRÍA	Plenitud, energía	Expresar el bienestar y la satisfacción	Presente	Compartir la alegría y celebrarla

A hand holds a magnifying glass over a landscape. The background shows a clear blue sky with some clouds, green grass, and a few trees. The magnifying glass focuses on a specific area of the landscape, showing a close-up of a path or road flanked by trees. This visual metaphor represents how our perception is filtered through our mental models.

Surgen de nuestras percepciones e interpretaciones, las cuales son moldeadas por nuestros modelos mentales.

No percibimos la realidad tal como es, sino a través del filtro de nuestro propio modelo mental.

# ¿Cómo está el vaso?



¿Medio lleno?

¿Medio vacío?

# LAS PERCEPCIONES



- Las sensaciones que tenemos las personas tienen que ver con procesos puramente fisiológicos, que nos transmiten información a través de los cinco sentidos.

# LAS PERCEPCIONES



- La percepción es un proceso psicológico que consiste en interpretar la sensación dándole sentido real y actual. Unos y otros percibimos de modo muy distinto la misma realidad objetiva.






CIENCIA  
FICCIÓN







# Ejercicio para aumentar la felicidad, y la fuerza placer de la corteza prefrontal:

Cada día, pensar en tres situaciones positivas que nos hayan sucedido y, en las cuales nuestra intervención haya sido importante. Si es posible **anotarlas**, mejor.

De este modo, al otro día, al levantarnos, podremos volver a leerlas.

Así, al acostarnos, la atención será llevada a situaciones más trascendentales y esto contribuirá a un mejor descanso.

Al despertarnos también comenzaremos el día con un estado emocional más elevado.

---

<https://asociacioneducar.com/>

<https://www.bydgestionempresarial.com/>











Rabia



Tristeza



Miedo



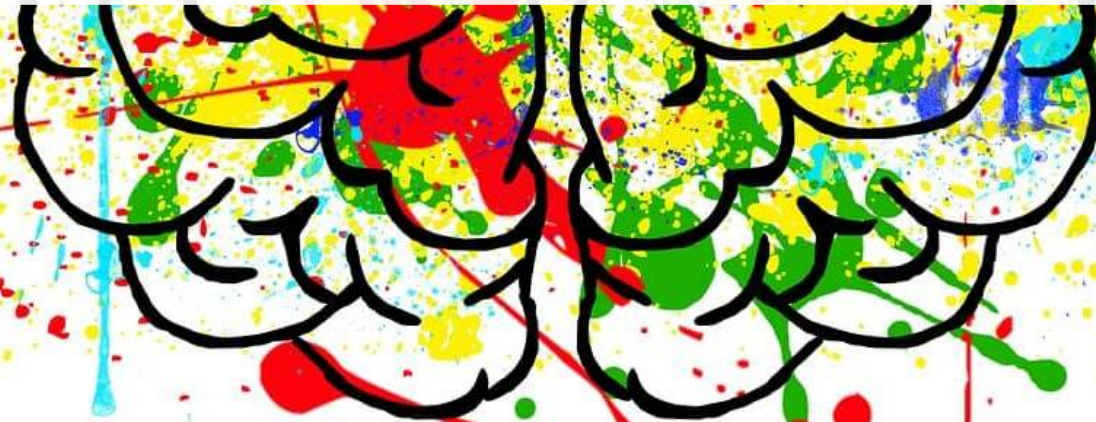
Alegria

¿Cómo se  
conversa  
desde  
cada una  
de ellas?

---



# ESTADOS DE ÁNIMO







Resentimiento



Pesimismo



Angustia



Optimismo

¿Cómo me  
comporto,  
según mi  
estado de  
ánimo?

---

Lo importante no es lo que  
sucede sino como lo  
interpretamos y de qué manera  
repercutirá en nosotros

$$V = (C + H) \times A$$

VALOR

Conocimientos

Habilidad

ACTITUD

Víctor Küppers

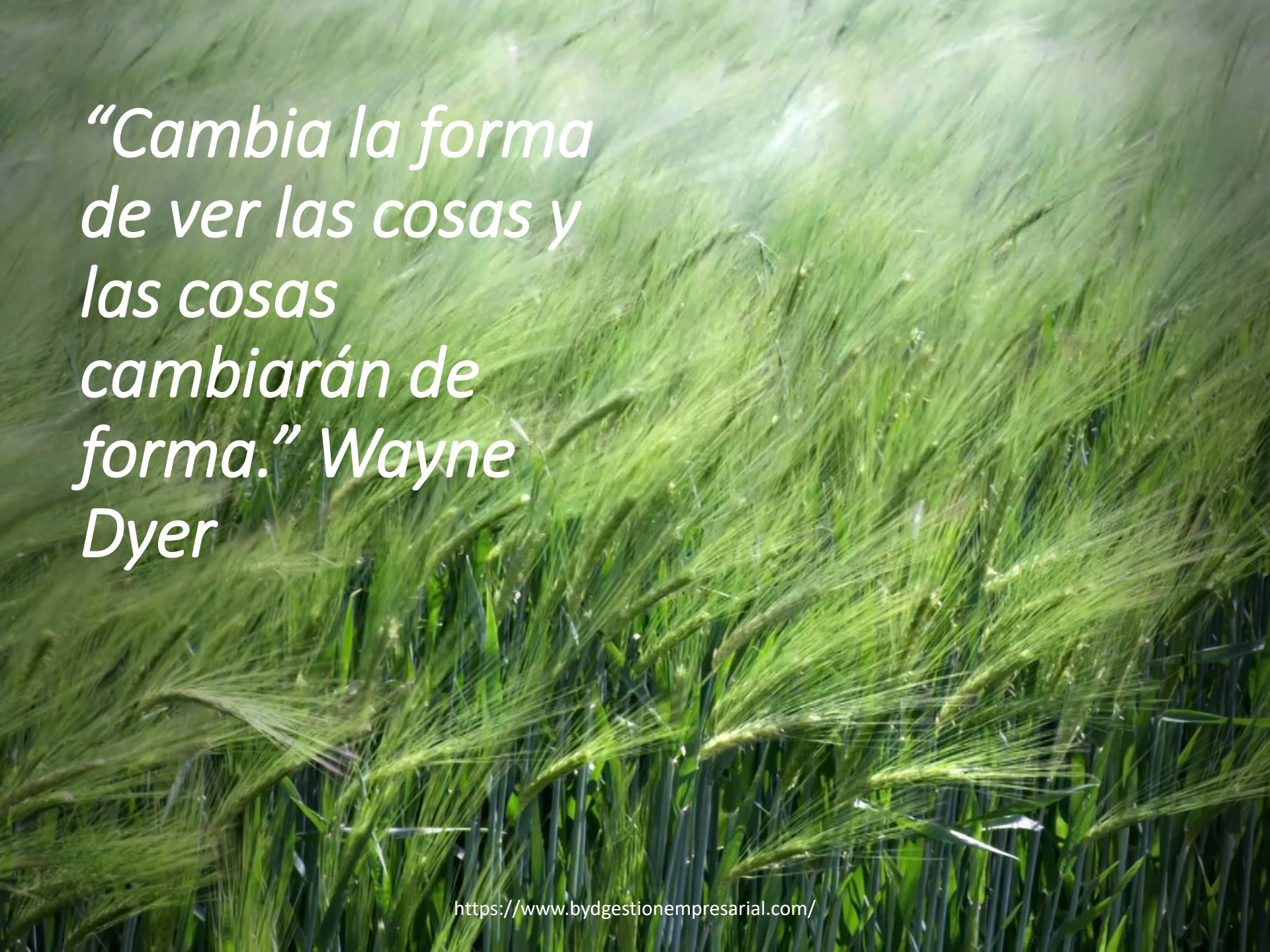


# OPTITUD

Actitud optimista

<https://www.bydgestionempresarial.com/>





*“Cambia la forma  
de ver las cosas y  
las cosas  
cambiarán de  
forma.” Wayne  
Dyer*



# LAS 7 “S” DEL LÍDER EMOCIONALMENTE INTELIGENTE







Saludable

Sereno

Sincero

Sencillo

Simpático

Servicial

Sinérgico

# MAESTRÍA EMOCIONAL

# Habilidades básicas para trabajar sobre:

**Nuestras emociones**

**Emociones de otras personas**

**AUTOCONCIENCIA**

**RECONOCIMIENTO**

**AUTOACEPTACIÓN**

**ACEPTACIÓN**

**AUTORREGULACIÓN**

**DESACTIVACIÓN**

**AUTOINDAGACIÓN**

**INDAGACIÓN**

**AUTOEXPRESIÓN**

**ESCUCHA**

# Gestión de las emociones

- ROJO: respira lenta y profundamente. Formula la situación a resolver e identifica cómo te sientes.
- AMARILLO: ¿qué es lo que puedo hacer? ¿qué resultados voy a obtener?
- VERDE: llevo a la práctica la mejor de las alternativas. ¿Ha funcionado?



**I.E.**

Lo que sientes

Lo que haces

En ti

**AUTO  
CONCIENCIA**

**AUTO  
GESTION**

En los  
demás

**CONCIENCIA  
SOCIAL**

**GESTIÓN DE  
LAS RELACIONES**

Autoconciencia  
emocional

Autocontrol emocional  
Actitud positiva  
Flexibilidad

En ti

Lo que sientes

Lo que haces

**AUTO  
CONCIENCIA**

**AUTO  
GESTION**

En los  
demás

**CONCIENCIA  
SOCIAL**

**GESTIÓN DE  
LAS RELACIONES**

Empatía  
Conciencia organizativa

Liderazgo inspirador  
Trabajo en equipo y colaborativo



**PERCIBIR  
LAS  
EMOCIONES**

**COMPRENDER  
LAS  
EMOCIONES**

**MANEJAR  
LAS  
EMOCIONES**

**UTILIZAR  
LAS  
EMOCIONES**

*Inteligencia  
emocional*



**es la capacidad  
de:**

# Automotivación

Es la aptitud de la inteligencia emocional que nos permite encontrar energías para superar un contratiempo y seguir adelante.





# Empatía

consiste en darse cuenta de lo que sienten los demás.



# Resiliencia

---

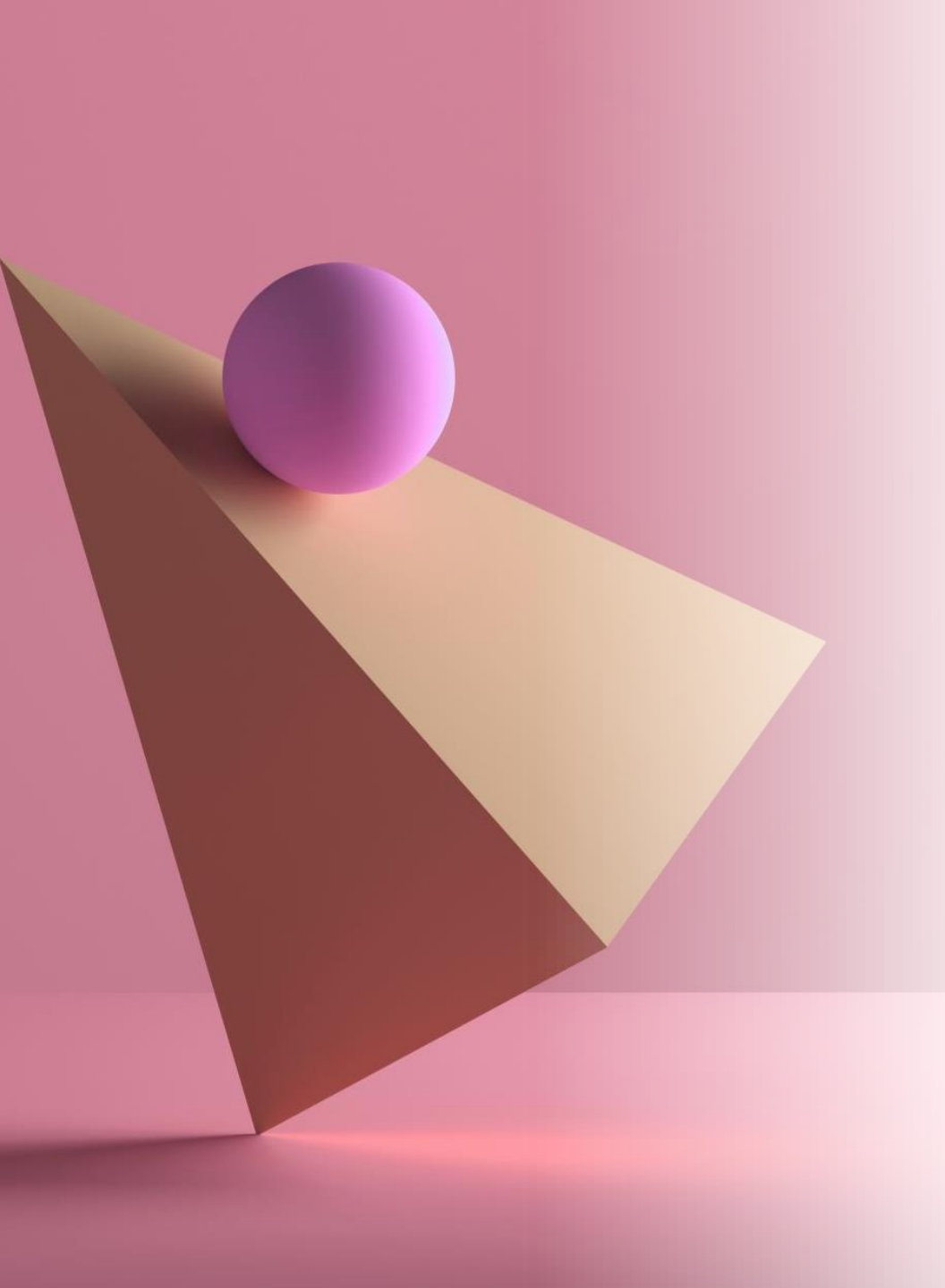
Es la capacidad de salir fortalecido de las adversidades.





# CLIMA ORGANIZACIONAL





El origen del término se le atribuye al psicólogo Kurt Lewin (1890-1947).

---

¿Qué es el clima organizacional?



Según Lewin, el comportamiento de un individuo es el resultado o función de las interacciones entre la persona y el entorno que la rodea.

¿Qué es el clima organizacional?



Adaptado al mundo laboral, se puede decir que es el termómetro del estado de ánimo de nuestra organización.

---

¿Qué es el clima organizacional?



Resultados

Resultados +  
Clima laboral -

Resultados +  
Clima laboral +

Resultados -  
Clima laboral -

Resultados -  
Clima laboral +

¿En qué  
invierto?

Clima laboral



GESTIÓN  
EMPRESARIAL  
INTEGRAL

# ¡Muchas gracias!

# PRÓXIMO EVENTO A CARGO DE LA FACILITADORA DEL PRESENTE WEBINAR

Fecha: 10 y 11 de septiembre de 2020

Curso virtual: **LIDERAZGO Y SUPERVISIÓN EFECTIVA** (8 horas)

Facilitadora: Carolina Salas Villegas

## PRÓXIMO EVENTO GRATUITO

Fecha: 14 de septiembre de 2020

Conferencia Motivacional: **PLANIFICACIÓN Y ACCIÓN** (2 horas)

Facilitadora: Ing. Beatriz A. Navas Lares



<https://www.bydgestionempresarial.com/>

# CAPACITACIONES IN COMPANY

1. Liderazgo asertivo
2. Gestión del cambio
3. Comunicación efectiva
4. Autoliderazgo y motivación
5. Liderazgo y supervisión efectiva
6. Coaching y liderazgo de alto impacto
7. Inteligencia emocional en las organizaciones



<https://www.bydgestionempresarial.com/>

Facilitadora:

*Carolina Salas Villegas*



<http://carolinasalasvillegas.com/>



Carolina Salas Villegas



MiMision\_CarolinaSalasVillegas



+54 9 264 460-2005



Carolina Salas Villegas

[https://www.youtube.com/channel/UC-aaJ90HVFI8H-zrUj7QUQ?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UC-aaJ90HVFI8H-zrUj7QUQ?view_as=subscriber)