



TRABAJO DE GRADO
Opción Seminario-Diplomado.

Inteligencia Emocional para el Liderazgo Efectivo

Corporación Universitaria Remington
Facultad de Ciencias Empresariales
Administración de Empresas

Katherine Julieth Cuadrado Martínez
Carlos Alberto Palencia Agamez
Tutor (a) Ana María Zapata Ospina
Opción de Trabajo de grado Seminario en Liderazgo de Equipos e Inteligencia Emocional
2024

Tabla de contenidos

1. Resumen.....	3
2. Pregunta orientadora de la búsqueda	5
3. Metodología de búsqueda de la información	6
4. Sustentación teórica de la pregunta.....	7
4.1 Liderazgo en tiempos contemporáneos.....	7
4.2 Inteligencia emocional	8
4.3 Habilidades de la inteligencia emocional	10
5. Conclusiones.	11
6. Referencias.....	12

Resumen

Este trabajo hace referencia a la importancia de la inteligencia emocional para el liderazgo eficaz, los líderes deben reconocer y gestionar sus propias emociones y la de los demás para mejorar las reacciones y el desempeño laboral, la inteligencia emocional se ha vuelto esencial para las empresas, la toma de decisiones, la prevención del estrés, la creación de un ambiente laboral agradable y la buena relación entre los colaboradores. Además, hace distinción entre líderes y jefes; es de vital importancia un líder con una inteligencia emocional eficaz, ya que este será el encargado de poner en marcha el equipo de trabajo, que conozca su equipo, les brinde confianza y puedan desarrollar y explorar sus talentos y habilidades en beneficio de la compañía. Se enfatiza que los líderes se hacen parte del equipo, promueven buenas prácticas, se comunican de manera afectiva, comparten responsabilidades y logros, manteniendo así un compromiso emocional con el equipo y la empresa.

También nos indica que la combinación de habilidades e inteligencia emocional puede sacar lo mejor de cada ser humano de manera competitiva, para mejorar nuestra inteligencia emocional se recomienda trabajar en el autoconocimiento, la autorregulación, la automotivación, la empatía y las habilidades sociales. La inteligencia emocional es una de las mejores capacidades que puede adquirir una persona, desarrollando así habilidades blandas que tendrán un aporte exponencial; sumando al mejoramiento de nuestros actos ante los sucesos de la vida, se señala el concepto de liderazgo disruptivo, que implica afrontar desafíos y cambios, especialmente en el entorno digital actual, con flexibilidad, agilidad, organización y colaboración.

Finalmente, se llega a la conclusión que la inteligencia emocional es esencial para un liderazgo eficaz, que conduzca a un ambiente de trabajo más agradable, un mejor desempeño del equipo, el cumplimiento de los objetivos de la empresa y la capacidad de transformar los aspectos negativos en positivos. Un buen líder no solo piensa en sí mismo, sino que también piensa y actúa para el equipo, esto permite a los colaboradores realizar su labor de una manera agradable; lo que ayudará a la empresa a alcanzar sus objetivos.

Palabras clave

Inteligencia emocional, cumplimiento de objetivos, liderazgo eficaz, ambiente laboral, habilidades blandas.

Pregunta orientadora de la búsqueda

El liderazgo es esa habilidad que se tiene de influir en la vida de una o más personas, mientras que la inteligencia emocional es la capacidad que se tiene de reconocer las emociones propias y ajenas mejorando las reacciones que podemos tener ante estas, por ellos es de vital importancia adquirir inteligencia emocional para un liderazgo efectivo. Esto permite un buen rendimiento laboral en la compañía, mejorar el autoconocimiento y la toma de decisiones, evita y previene el estrés, genera un agradable clima laboral, favorece las relaciones interpersonales, aumenta la motivación y ayuda a alcanzar los objetivos, reduce los problemas de ansiedad y ayuda a superar la depresión; favoreciendo el bienestar psicológico de cada colaborador, si tomamos en cuenta el aplicar cada uno de estos puntos en una compañía, contar con un líder que tengas estas habilidades y que día a día mejore su inteligencia emocional, podemos asegurar una gestión humana eficaz y asertiva, llevando con ella un excelente rendimiento y mayores alcances en sus objetivos (Ureña Encinas, 2023).

Pregunta problema.

¿De qué manera podemos mejorar nuestra inteligencia emocional interna, para efectuar un liderazgo efectivo en nuestra compañía?

Metodología de búsqueda de la información

Este enfoque metodológico es de tipo cualitativo, con un estilo tipo documental precisando como tema principal la inteligencia emocional para el liderazgo efectivo. Se tomó como base de ello material facilitado por la universidad en la plataforma de crehana; con videos y lectura de sus documentos anexados, adicionalmente la inclusión de bibliografías tomadas de fuentes de artículos web y libros de los últimos cinco años, con veracidad en su contenido de la revista académica Dialnet y SciELO.

Sustentación teórica de la pregunta

Liderazgo en tiempos contemporáneos

El liderazgo es la diferencia que marca y realiza una persona sobre otro individuo o un grupo de personas, viéndose reflejada para mejorar aspectos de su vida ya sea en lo personal o la parte laboral, motivándola a mejorar en pro de sus objetivos, trabajando en un conjunto de aptitudes; que también podemos conocerlas como habilidades blandas como lo es la confianza, compromiso, ética y valores, entre otros; los cuales juegan un papel fundamental en el liderazgo ya que como líderes en la actualidad estamos encaminados según nos indica (Hernández, 2021) a fomentar un liderazgo que marque la diferencia, de manera que genere cambios positivos, generando ideales con libre participación encaminados en los objetivos que se quieren alcanzar, estas personas por lo regular no son muy fáciles de encontrarse, ya que con todo lo que relaciona la evolución y transformación de la tecnología, hay que destacarse con la cultura del liderazgo; es decir, ser necesarios y a su vez motivar y realizar nuevos líderes, tomándola como una función de la cual se aprenda más, mientras se ejerce.

Con esto se ve resaltado una de las grandes diferencia entre ser un líder y un jefe, ya que (Llanos Reynoso, 2022) nos dice que un líder es alguien más del grupo, como se indicó anteriormente; posee un grupo de habilidades que permite y fomenta las buenas practicas entre el equipo, la buena comunicación, tomar responsabilidades en general y compartir los logros con el equipo, ya que no los toma para él solo, manteniendo un entrenamiento continuo y un gran compromiso emocional por el bien de todo el equipo y la compañía.

Inteligencia emocional

La inteligencia es aquella que brinda la capacidad de razonar, comprender y pensar de una manera imprecisa, mientras que las emociones son las reacciones de nuestro cuerpo ante situaciones que sucedan en nuestro entorno, estas juntas crean la capacidad que tiene el ser humano para reconocer las emociones propias o ajenas buscando mejorar la reacción que tenemos ante estas, tomando conciencia y una mejor adaptabilidad ante los cambios mejorando los todos los aspectos de nuestra vida, (Goleman, 2022) nos muestra que tenemos dos clases de competencias emocionales, interpersonales siendo la manera en que nos relacionamos con otras personas e intrapersonales que es interna, la relación y el autoconocimiento que tenemos de nosotros mismos, por ende es necesario poder manejar la autorregulación emocional, permitiendo controlar nuestras emociones, resolver de una mejor manera las dificultades que se presentan en nuestra vida y evitar el agotamiento emocional.

Visto esto, las empresas se ven en la obligación de manejar este tema en sus funciones, resaltando el liderazgo y el talento humano, generando una competitividad en cuanto a la producción y rendimiento del personal y sus colaboradores, ya que la inteligencia emocional es un concepto que ha adquirido importancia en las organizaciones siendo que esto afecta la satisfacción laboral (de la Cruz Portilla, 2020), siendo de vital importancia cuidar la salud emocional de los colaboradores, ser empáticos y poder reconocer las emociones que pueden tener, de esta manera desglosaremos en nuestro entorno una buena relación en la inteligencia emocional para la gestión en equipo, lo que

complementa una buena relación laboral entre los colaboradores de la compañía, permitiendo a esta obtener resultados más precisos a sus objetivos principales.

Habilidades de la inteligencia emocional

Las habilidades son puntos talentosos o capacidades que caracterizan a una persona, unida con la inteligencia emocional; es un dueto que saca las mejores capacidades en formas competitivas de un ser humano. Una de las maneras para crear y mejorar nuestra inteligencia emocional, es trabajar nosotros mismos en ello, a través del funcionamiento cerebral, ya que en ellos tenemos pensamientos tanto negativos, repetitivos y del pasado; estos nos permiten crear e imaginar situaciones y realidades internas y externas. Estos no se logran ver, pero claramente pueden guiarnos y tomar decisiones a raíz de estos. Existen varias habilidades y (Bariso, 2020) nos indica la manera cómo podemos hacer que nuestras emociones actúen a favor de nosotros, y no en nuestra contra, uno de estos es autoconcernos a nosotros mismos, manejar la autorregulación, auto motivarnos, ser empáticos y las buenas habilidades sociales. Estas en su práctica, nos abren paso a liderar de una manera más razonable y asertiva, desenvolviéndonos con mayor efectividad en los diferentes ámbitos de nuestra vida (Carrillo-Sierra, 2020).

Un claro caso en habilidades nos muestra (Perdomo Vega, 2023) donde un liderazgo disruptivo se pueden enfrentar a muchos sucesos pocos positivos, pero el buen uso de sus habilidades los hace pasar de lo negativo a lo positivo, adaptándose a la situación y los cambios como puede ser la actualidad en los entornos digitales, enfrentándose a grandes retos y cambios para permanecer en este, requiriendo de mucha flexibilidad, agilidad, organización y colaboración.

Conclusiones

Teniendo en cuenta cada uno de los temas mencionados con anterioridad, hemos resaltado la importancia de la inteligencia emocional para el liderazgo efectivo, la cual requiere de personas capaces de mejorar día a día sus habilidades, para de esta forma llevar un ambiente laboral más agradable, obtener un mejor rendimiento laboral de sus equipo, cumplimiento de objetivos de la compañía, y capacidad de mejorar y trabajar sus emociones internas para poder entender las ajenas, un buen líder puede comprometerse con sus colaboradores a entender y atender los aspectos negativos, y guiarlos a transformarlos en positivos. De esta manera tendremos colaboradores emocionalmente capaces de hacer una buena labor, con óptimos rendimientos, y esto será de beneficio para los alcances de las metas y objetivos que tenga la compañía; la empatía lleva a un líder a cumplir bien este papel, no es solo pensar en él, sino a pensar y actuar como y por un equipo.

Referencias

- Bariso, J. (2020). *Inteligencia emocional para la vida cotidiana: Una guía para el mundo real*. Editorial Sirio S.a.
- Carrillo-Sierra, S. M. (2020). La inteligencia social: Su importancia en profesionales de las ciencias sociales. *Mundo FESC*, 10(19), Article 19.
- de la Cruz Portilla, A. C. (2020). Influencia de la inteligencia emocional sobre la satisfacción laboral: Revisión de Estudios. *Revista Unimar*, 38(2), 63-94.
- Goleman, D. (2022). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual*. EDICIONES B.
- Hernández, J. Á. G. (2021). *¿Y el liderazgo para qué?* American Book Group.
- Llanos Reynoso, L. F. M. (2022). *Acuerdos y desacuerdos entre los jefes y los subordinados sobre la admiración del liderazgo*.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-46392022000100003&script=sci_arttext
- Perdomo Vega, M. P. (2023). *Liderazgo disruptivo en la formación del profesional de la administración de empresas en algunas universidades en Santiago de Cali*.
<https://hdl.handle.net/20.500.12494/55125>
- Ureña Encinas, G. (2023). *Programa sobre inteligencia emocional: Las emociones importan*.
<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/77532>