

Diagnóstico de inteligencia emocional del líder

Marco de referencia: La inteligencia emocional se define como la capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia.

La importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en líderes radica en que estos roles asuman mayor facilidad el manejo de las relaciones sociales, donde mediante la empatía y la asertividad permitan la inspiración y el logro de los objetivos organizacionales, individuales y grupales.

Instrucciones: A continuación se presentan una breve serie de preguntas que te ayudaran a reflexionar rápidamente el nivel de efectividad que tienes en relación al tema, contesta SI o NO a cada reactivo. Posteriormente has un conteo de cada SI y ubícalo en la gráfica inferior. Piensa en tu efectividad y en aquellas acciones que pueden ayudarte a mejorarla.

	Si	No
1. ¿Dedico tiempo a la reflexión de mis emociones y el impacto de las mismas en los demás?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Recibo las señales de pérdida de control que mi cuerpo emite?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Identifico mis disparadores emocionales?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ¿Reacciono con niveles de emoción moderados y funcionales?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ¿Conozco mis fortalezas y emociones positivas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ¿Aprovecho mis fortalezas para crear relaciones constructivas y positivas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Fortalecida	6	
	5	
En desarrollo	4	
	3	
Oportunidad	2	
	1	

Acciones de Mejora