

08/12/2007

Ofrece Universia un taller sobre inteligencia emocional

La Dra. Christella Navedo presentó un taller para líderes empresariales en el que se enfocó en las técnicas de mejoramiento del coeficiente intelectual emocional y las técnicas para lidiar con las emociones en el lugar de empleo

Por: Gabino Iglesias
Universia Puerto Rico

El jueves 6 de diciembre, la sicóloga industrial organizacional Christella Navedo, certificada en Manejo de Proyectos ofreció un adiestramiento sobre inteligencia emocional titulado: Inteligencia Emocional para Líderes y Gerentes de Proyectos. Al mismo asistieron líderes empresariales y personal de recursos humanos de diversas empresas.

El adiestramiento, además de familiarizar a los asistentes con el concepto de la "inteligencia emocional" y sus múltiples definiciones, se centró en fomentar la autoevaluación de los líderes y en brindarles las herramientas necesarias para trabajar con las emociones en el ambiente profesional. Después de alcanzar el éxito en el "self-management" a través de la identificación de los sentimientos y de su raíz para aprender a controlarlos, los participantes recibían instrucciones sobre cómo pasar a aplicar diversas técnicas en pos del desarrollo del coeficiente intelectual emocional dentro y fuera del área de trabajo y tanto en el plano propio como en el ajeno.

La primera parte del adiestramiento se enfocó en recalcar los beneficios de trabajar y aumentar el coeficiente de inteligencia emocional en el área de trabajo. Entre los señalamientos de Navedo estuvo siempre presente "la importancia de la comunicación", lo cual explicó de manera operacional a los participantes con varias anécdotas y ejemplos de la vida real y de su experiencia personal y profesional.

El adiestramiento, que estuvo lleno de simpatía y de la constante participación de los líderes presentes, presentó varios métodos para evitar los colapsos nerviosos en el área de trabajo, información sobre cómo evitar situaciones desagradables en las oficinas provocadas por problemas de comportamiento y consejos útiles para bajar el nivel de estrés tanto dentro como fuera del empleo.

"No puedo pretender que otros me entiendan hasta que yo no haya entendido a los demás", señaló Navedo al recalcar que entender las emociones de los otros es tan importante para lidiar con las situaciones como entender las emociones de un mismo.

Gracias a la forma amena y entretenida en la que la Dra. Navedo impartió el conocimiento a los asistentes del adiestramiento, los mismos desarrollaron una nueva conciencia sobre la inteligencia emocional y recibieron instrucción para que aprendan a desarrollar sus propias técnicas de manejo de emociones tanto propias como de los compañeros y clientes profesionales.

Copyright © 2008 Portal Universia S.A. Todos los
derechos reservados. <http://www.universia.net>