

# 15 señales de que posees inteligencia emocional

<http://www.upsocl.com/mujer/15-senales-de-que-posees-inteligencia-emocional/>

Las personas que tienen inteligencia emocional no se rigen por sus pensamientos; son los maestros de ellos.

Descubre tu fuerza emocional hoy con estas 15 señales de que posees inteligencia emocional.

## 1. Te fascinas con lo que mueve a otros.



A la gente que goza de inteligencia emocional le fascina el comportamiento humano. Se dan cuenta de cosas como el lenguaje corporal, el dialecto, y los tics personales. Ser un observador de personas ayuda a descubrir pistas sobre qué hace a cada individuo especial.

---

## 2. Eres un líder entusiasta que practica lo que predica.

La gente que posee inteligencia emocional sabe que es ridículo hablar y hablar para luego no poner en práctica sus palabras. En vez de liderar por medio de órdenes, lideran al dar el ejemplo.

---

### **3. Estás consciente de tus fortalezas y debilidades.**



Las personas que tienen inteligencia emocional saben que no eres tan débil como tu parte más débil; sino que eres tan fuerte como tu parte más fuerte. Usan sus grandes fortalezas tanto como sea posible, para hacer de sus debilidades un punto debatible.

---

### **4. Estás en paz con tu pasado.**

La gente que dispone de inteligencia emocional no tiene tiempo para lamentarse. Ellos dejan su equipaje y siguen adelante en el presente, porque ahí es dónde ocurre el progreso.

---

### **5. No te asusta el futuro.**

La gente que cuenta con inteligencia emocional no se obsesiona por los eventos del futuro que están fuera de su control. Se sienten cómodos viviendo en un mundo en que no existe una bola de cristal, porque la vida se supone que es una aventura emocionante (no una rutina escrita en piedra.)

---

## **6. Estás en sintonía con el presente.**

Las personas que tienen inteligencia emocional no pasan sin más sus días caóticos. En vez de eso, experimentan activamente los matices de cada momento en cada día de sus vidas.

---

## **7. Eres un hábil y activo oyente.**



Las personas que poseen inteligencia emocional saben que “oír” y “escuchar” son dos cosas muy diferentes. Ellas suelen parafrasear los dichos de una persona en forma de pregunta para asegurarse de que nada se perdió en la comunicación.

---

## **8. Eres capaz de darte cuenta qué te molesta.**

La gente que cuenta con inteligencia emocional no deja que un coro de auto negatividad controle su cerebro. Son detectives y exploran su medioambiente, buscando pistas que revelen por qué se sienten de la forma en que lo hacen y, más importante, qué pueden hacer para mejorar.

---

## **9. Te sientes cómodo hablando con amigos y extraños.**



Las personas que poseen inteligencia emocional nunca conocen a un extraño que no les guste. No les importa la edad de la persona, su raza, su religión, género, orientación sexual, o afiliación política; aman a todos por igual, porque aquí somos todos humanos.

---

## **10. Eres ético en negocios y en relaciones.**

La gente que tiene inteligencia emocional sigue su compás moral en los negocios y en la vida. Sus valores pueden diferir de persona a persona, pero altos estándares gobiernan su comportamiento.

---

## **11. Sientes ganas de ayudar a los demás.**



Las personas que cuentan con inteligencia emocional no necesitan una razón para ayudar a otros. Ayudan a las mujeres mayores con sus bolsas de supermercado; se ofrecen a lavar los platos si un amigo o pareja ha preparado la comida; sujetan las puertas, no sólo para las damas, sino que para los caballeros también.

---

## **12. Eres capaz de leer a las personas como un libro.**

Las personas que disponen de inteligencia emocional pueden interpretar el significado de los gestos, expresiones y lenguaje corporal. Saben que no pueden depender sólo del lenguaje, porque la presencia física de una persona a menudo no coincide con las palabras que dicen.

---

### **13. Eres firme en tu deseo de realizarte.**



Las personas que poseen inteligencia emocional apuntan al éxito, no importa cuánto les lleve. Están dispuestas a lidiar con retrasos y solucionar deficiencias, porque no se pierde hasta que se renuncia.

---

### **14. Estás motivado por razones dentro de ti.**

La gente que tiene inteligencia emocional construye una motivación que perdura. Se desconectan del resultado final y se enfocan en disfrutar el proceso. El desarrollo personal no ocurre en el momento del éxito, sino que durante el proceso de crecimiento que lleva a ese éxito.

---

## **15. Estás dispuesto a decir que “no” cuando tienes que hacerlo.**



Las personas que cuentan con inteligencia emocional saben que puede haber mucho de algo bueno. Saben que no pueden hacerlo todo, así que se fijan prioridades determinadas por lo que es más importante para ellos.