

Desarrollo de



**habilidades**

**Blandas**

## ¿Qué son habilidades blandas?

Las habilidades blandas, son aquellas habilidades sociales o interpersonales que nos ayudan a interactuar de manera efectiva en la vida diaria, ya sea a nivel personal o laboral.

Son básicas para construir relaciones estables y sólidas, nos ayudan a adaptarnos a los cambios y resolver situaciones complejas, problemas o conflictos

## ¿Qué son habilidades blandas?

La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer y comprender las emociones propias y ajenas utilizar este conocimiento para guiar nuestro pensamiento y comportamiento de manera efectiva

El autoconocimiento es el primer paso hacia la inteligencia emocional

Comprende tus propias emociones para poder comprender la de los demás

## ¿Qué son habilidades blandas?

La inteligencia emocional te permite elegir como reaccionar a una situación en lugar de reaccionar impulsivamente

La Inteligencia emocional no sólo te permite comprender mejor a los demás si no también a ti mismo.

El liderazgo empático es el resultado de una alta inteligencia emocional

La inteligencia emocional es la capacidad de ser inteligente con el corazón

## Conclusiones sobre las 8 habilidades blandas más buscadas por las empresas en la actualidad

- 1 **Gestión del tiempo**
- 2 **Capacidad de resolver problemas**
- 3 **Habilidades comunicativas**
- 4 **Liderazgo e influencia social**
- 5 **Creatividad e iniciativa innovadora**
- 6 **Trabajar en equipo**
- 7 **Ser flexibles y adaptarse a los cambios**
- 8 **Ética, compromiso, honestidad e integridad**