

E-BOOK

Liderazgo con Inteligencia Emocional



El poder de conectar para impactar



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA

AUTOR **VICTORIA BÁEZ**

Bienvenidos



¡Gracias por estar aquí!

Bienvenido a este espacio donde la inteligencia emocional se convierte en tu mejor aliada para liderar, comunicar y conectar con propósito.

Este ebook está diseñado para ayudarte a mirar hacia adentro, regular tus emociones y potenciar tu impacto en los demás.

Porque cuando conectás contigo, podés transformar tu entorno.

El verdadero liderazgo comienza dentro.

Gracias por dar este paso.

Con cariño y propósito,
Victoria Báez

Speaker internacional | Coach de mejora continua | Escritora | Fundadora de Deja Tu Huella

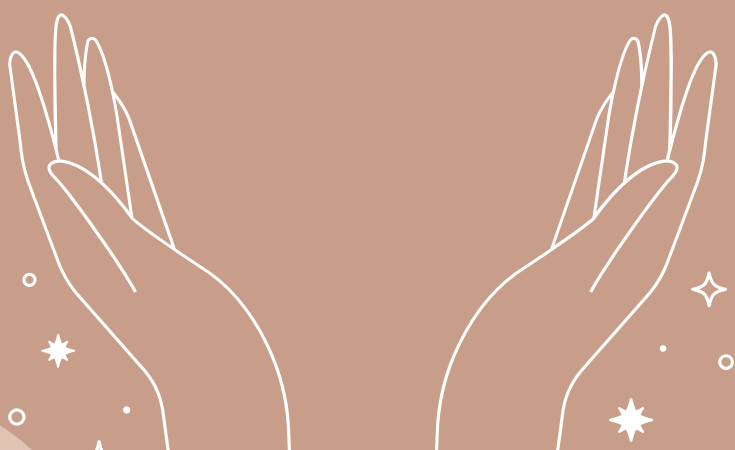
Con cariño



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA



**Conectá contigo.
Inspirá a otros.
Dejá tu huella.**



01

¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

La Inteligencia Emocional (IE) es la capacidad de reconocer, comprender y gestionar nuestras emociones y las de los demás.

Es una habilidad esencial para quienes desean liderar con impacto, autenticidad y humanidad.



"La IE puede representar hasta el 80% del éxito en la vida, mientras que el IQ representa solo una parte del desempeño total."



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA

LAS 5 CLAVES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

01

Autoconciencia



- Saber quién soy, cómo me siento, por qué reacciono así.
- Preguntate:
 - ¿Quién soy hoy?
 - ¿Cómo reacciono ante lo que no puedo controlar?
 - ¿Qué emociones se repiten en mi vida?

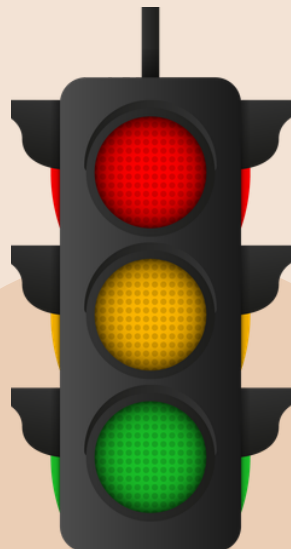
"LA AUTOCONCIENCIA ES EL PRIMER PASO PARA DEJAR DE REACCIONAR Y
COMENZAR A ELEGIR CONSCIENTEMENTE QUIÉN QUERÉS SER."

Autorregulación

- Aprender a gestionar lo que siento, sin reprimirlo ni desbordarme.
- Herramientas prácticas:
 - Respiración consciente
- Técnica R.A.I.N. (Reconocer – Aceptar – Investigar – No identificarse)



- Semáforo emocional (alto – observo – actúo)



Automotivación

- Activar el impulso interno para avanzar, incluso en momentos difíciles.
- Factores clave:
 - Personas que te inspiran
 - Hábitos positivos
 - Conexión con tu propósito



Personas



Hábitos



Propósito

LAS 5 CLAVES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

04-
05

Empatía

- Escuchar con el corazón, comprender desde el otro, no desde el juicio.
- Las personas emocionalmente inteligentes:
- Inspiran con el ejemplo
- Gestionan crisis con serenidad
- Escuchan activamente

Potencian el talento con humanidad



Habilidades Sociales

- Comunicar, conectar, liderar con inteligencia emocional.
- Generar vínculos genuinos
- Resolver conflictos con asertividad
- Crear equipos comprometidos

"LA EMPATÍA NO ES ENTENDER AL OTRO DESDE TU MUNDO, SINO TENER EL CORAJE DE ENTRAR AL SUYO SIN JUICIO Y CON EL CORAZÓN ABIERTO."

CON INTELIGENCIA
EMOCIONAL....

“PENSAS CON CLARIDAD



SENTEÁS CON CONCIENCIA.”

VICTORIA BÁEZ

BENEFICIOS TANGIBLES DE LIDERAR CON IE

- Mejora el clima organizacional
- Aumenta la productividad
- Disminuye la rotación de personal
- Mejora la toma de decisiones
- Aumenta la retención de talento



UNA EMPRESA TECNOLÓGICA DE CENTROAMÉRICA REEMPLAZÓ CONTROLES RÍGIDOS POR ESPACIOS DE FEEDBACK EMOCIONAL SEMANAL.

EN 6 MESES:

- ✓ ÍNDICE DE SATISFACCIÓN AUMENTÓ 35%
- ✓ ROTACIÓN BAJÓ 20%



"DONDE HAY INTELIGENCIA EMOCIONAL, HAY EQUIPOS MÁS HUMANOS, DECISIONES MÁS ACERTADAS Y RESULTADOS QUE SE MULTIPLICAN."



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA



CÓMO CONECTAR PARA IMPACTAR

1. Conócete primero

La autoconciencia emocional es la base de todo liderazgo consciente.



2. Liderá con autenticidad y vulnerabilidad

Ser real no te debilita. Te humaniza.

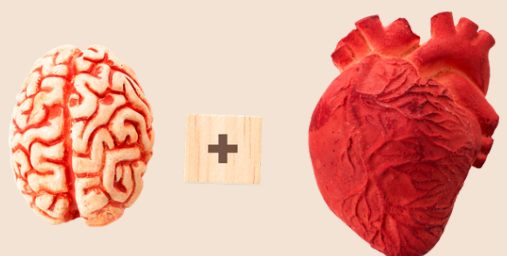


3. Hacé sentir vistos y valorados a los demás

El reconocimiento transforma equipos.

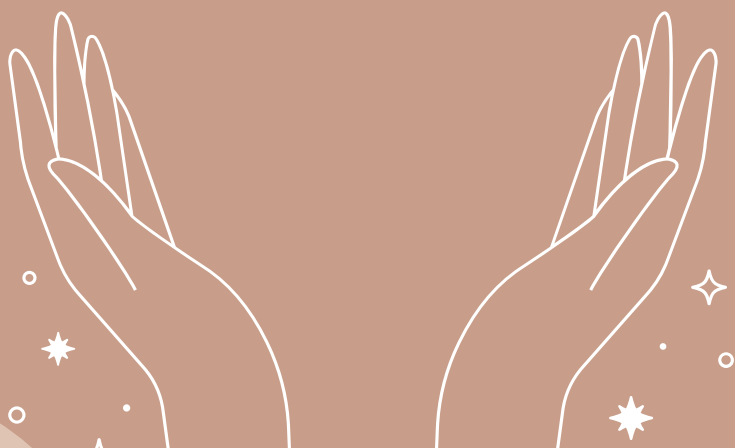
4. Comunicá con el corazón y la razón

La inteligencia emocional une la lógica con la empatía.





"El Liderazgo META
nace del equilibrio
entre mente clara,
emociones
gestionadas, talento
consciente y acción
con propósito."



5. ACTIVÁ EL LIDERAZGO

M.E.T.A.

META

- Mente clara
- Emociones reguladas
- Talento en acción
- Actitud consciente



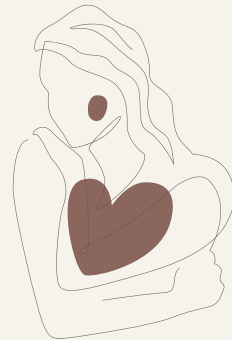
Si quieres conocer más de este programa de liderazgo y otros talleres te invito a visitar mi pagina web:
www.dejatuhuellalatam.com



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA

KAMASUTRA EMOCIONAL

- Posición de autoabrazo: seguridad interna.
- El susurro del silencio: conexión profunda contigo.
- El ritmo del sentir: validar lo que estás sintiendo.
- Desvestir creencias: liberar condicionamientos.
- Orgasmo de la autenticidad: expresarte sin máscaras.
- After care emocional: cuidar tu energía después de procesos intensos.



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA

ELEVA TU FRECUENCIA EMOCIONAL

- Elevá tu frecuencia emocional
- ✨ Soy un líder capaz
- ✨ Lidero con el corazón
- ✨ Soy abundante
- ✨ Soy luz
- ✨ Soy poder
- ✨ Soy auténtico
- ✨ Dejo mi propia huella



🎯 RETO DIARIO:

**“ANTES DE TERMINAR EL DÍA, DECILE A UN MIEMBRO DE TU EQUIPO
ALGO POSITIVO QUE NUNCA LE HAYAS DICHO.”
UN LÍDER EMOCIONALMENTE INTELIGENTE HACE SENTIR VISTO,
VALORADO Y SEGURO AL OTRO.**

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NO ES UN LUJO.
ES UNA NECESIDAD URGENTE EN EL LIDERAZGO MODERNO.
EL MUNDO NO NECESITA MÁS JEFES, NECESITA MÁS LÍDERES HUMANOS.
Y ESO EMPIEZA CON VOS.**

ESTOY PARA APOYARTE EN:

CONFERENCIAS MAGISTRALES

TALLERES Y CHARLAS

PROGRAMAS DE CRECIMIENTO Y LIDERAZGO

GIRAS CON PROPÓSITO

CURSOS ONLINE



Con amor y propósito, Victoria Báez | Deja tu huella

505-88607828

@VICTORIABAEZSPEAKER

WWW.DEJATUHUELLALATAM.COM



Victoria Báez
DEJA TU HUELLA