

U2 Act 5 Inteligencia Emocional_Mitos y realidades

Los mitos y realidades ayudan a comprender que la inteligencia emocional es una habilidad dinámica y esencial, accesible a todos, que se puede cultivar para mejorar tanto las relaciones personales como el desempeño profesional.

Lee cuidadosamente y elige la respuesta correcta.

1. **Pregunta:** La inteligencia emocional es una habilidad innata e inmodificable.
Respuesta: Verdadero Falso
2. **Pregunta:** La inteligencia emocional es relevante únicamente en el ámbito personal y no tiene impacto en el entorno profesional.
Respuesta: Verdadero Falso
3. **Pregunta:** Las personas con alta inteligencia emocional no experimentan emociones negativas.
Respuesta: Verdadero Falso
adecuadamente las emociones negativas, no eliminarlas por completo.
4. **Pregunta:** Ser emocionalmente inteligente implica evitar conflictos y siempre ceder ante los demás.
Respuesta: Verdadero Falso
5. **Pregunta:** La inteligencia emocional cuenta con bases científicas respaldadas por investigaciones en psicología y neurociencia.
Respuesta: Verdadero Falso
6. **Pregunta:** Solo las personas extrovertidas pueden desarrollar una alta inteligencia emocional.
Respuesta: Verdadero Falso
7. **Pregunta:** La empatía consiste en comprender y reconocer las emociones de los demás, sin necesidad de estar de acuerdo con ellas.
Respuesta: Verdadero Falso
8. **Pregunta:** Las personas con alta inteligencia emocional toman decisiones basadas únicamente en sus emociones.
Respuesta: Verdadero Falso
9. **Pregunta:** Desarrollar la inteligencia emocional no requiere grandes inversiones económicas y se puede practicar mediante actividades cotidianas.
Respuesta: Verdadero Falso
10. **Pregunta:** Una vez alcanzado un alto nivel de inteligencia emocional, no es necesario seguir trabajando en ella.
Respuesta: Verdadero Falso