


Tirada: 10.500	CAPITAL HUMANO	Superficie: 129 cm²	
Difusión: 10.500		Ocupación: 20,68%	
Audiencia: 36.750		Valor: 557,29 €	
Ref: 6072172		Página: 129	
	Nacional	Mensual	
	Economía		
	1ª Edición	01/04/2015	1 / 1

INTELIGENCIA EMOCIONAL

ACOSTA VERA, José María. ESIC Editorial. Madrid, 2015. 219 páginas.

El objetivo de esta obra es incitar a las personas a tomar conciencia de la realidad; a contemplarse tal y como son, a descubrir los mecanismos, aunque estén parcialmente ocultos, de nuestros pensamientos, de nuestras decisiones, de cómo somos en realidad. No somos peores ni mejores; somos así. Y es bueno saberlo y actuar en consecuencia. La inteligencia emocional no es solo una moda pasajera; supone una herramienta muy poderosa para conocerse mejor, para conocer a los demás y para manejar adecuadamente las relaciones familiares, sociales y profesionales. Sobre todo estas últimas, a las que dedicamos una parte muy importante de nuestro día a día. Los científicos han logrado probar que el cerebro está especializado. La corteza cerebral izquierda concentra las sensaciones placenteras. El lado derecho es más negativo: registra las que motivan miedo, ansiedad o depresión. ■

