

Liderazgo e inteligencia emocional

Unidad 6: La práctica de la
inteligencia emocional en el trabajo

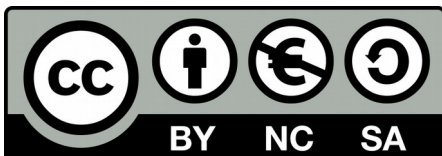
Manual de contenidos

INAP

INSTITUTO NACIONAL DE
ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

Contenido

1. Posibilidades, retos y dificultades de desarrollar la inteligencia emocional en el entorno laboral.....3



Este curso ha sido cedido por el Instituto Nacional de Administración Pública por medio de una licencia Creative Commons Reconocimiento-No comercial-Compartir igual, en los términos que se describen en <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/es> o texto oficial que, para esta modalidad de licencia, sustituya al indicado.

1. Posibilidades, retos y dificultades de desarrollar la inteligencia emocional en el entorno laboral

Las tres primeras transparencias de esta unidad muestran la manera en la que NO se producen los cambios personales y la manera en la que SI se producen dichos cambios.

Nuestro cerebro está entrenado y diseñado para percibir la realidad, etiquetarla e introducirla en dos compartimentos: bueno-malo, me conviene-no me conviene, me gusta-no me gusta, soy-no soy...

Por muchas que sean las posibilidades y matices del mundo que nos rodea, nuestro cerebro se esforzará para encasillarlas en alguna de estas dos categorías.

Si el curso te está resultando interesante y consideras que estaría bien mejorar en esta habilidad de inteligencia emocional que estamos trabajando asociándola al liderazgo de tu equipo de trabajo, seguramente sin darte cuenta tu cerebro te estará mandando la siguiente idea: no eres un líder emocionalmente inteligente para hacerlo debes dar un salto en el vacío hasta acabar en la “pecera” de los que sí son líderes emocionalmente inteligentes. Este salto es el que puede verse en la transparencia 1.

Sin embargo, **los cambios casi nunca se producen de esa manera**. No hay salto acrobático y arriesgado que dar, no hay pecera de la que salir, ni hay ningún sitio maravilloso al que llegar. A lo máximo a lo que podemos aspirar es a tratar de incrementar, de manera lenta y gradual nuestro actual nivel de inteligencia emocional moviéndonos en el continuo que une un extremo, éste en el que se encuentran los líderes poco emocionalmente inteligentes, -IE, con ese otro extremo en el que habitan los líderes emocionalmente inteligentes, +IE. En realidad, esa descripción tampoco sería correcta ya que en dichos extremos no vive absolutamente nadie. Son solo diseños teóricos que modelamos para hacer más visible una idea.

- IE

+ IE

Lo que sí es cierto es que nosotros vivimos en algún punto de ese continuo. Y que tenemos un cierto margen de acción para mejorar, si así lo deseamos, nuestro actual nivel de inteligencia emocional.

Fíjate que ni siquiera es importante el punto de partida en el que te encuentres. Algunos de nosotros viviremos en un nivel más bajo mientras que otros lo harán en uno más alto. Eso dependerá de la predisposición genética de cada

cual, de las experiencias que hayan tenido en el pasado, de su formación, de su trabajo previo, de la forma en la que fueron educados... Lo que sí es decisivo, lo que garantiza el cambio y lo optimiza es el compromiso que tengamos por aumentar nuestro actual nivel de inteligencia emocional y nuestra decisión de dirigir con más habilidad nuestros equipos de trabajo.

Si planteamos la cuestión de esta manera comprobaremos que los cambios no solo son posibles sino que según se van produciendo nos capacitan para seguir avanzando por el continuo que os he dibujado más arriba aportándoos una motivación creciente.

El modelo de la pecera es cegador y tremendamente frustrante. Una ilusión. Por el contrario el modelo del incremento progresivo de una planta es lento y humilde pero es el único que puede convertir una mínima y prescindible semilla en un roble centenario.

El dibujo de la transparencia 6 está inspirado en una cita de Virgilio: “*Admira las fincas grandes; cultiva las pequeñas*”. Hemos de conjugar ambas cosas. Por una parte tenemos que tener una idea clara del territorio que queremos habitar, del sitio al que queremos llegar. Por otra hemos de ser constantes, pacientes, tenaces, humildes y trabajar las cosas más pequeñas, los detalles, nuestro día a día. Este curso ha sido diseñado con el deseo de cubrir ambos objetivos: dibujar ese extremo teórico en el que no habita nadie pero que nos parece un buen horizonte hacia el que caminar y por otra, dotarte de las herramientas y los trabajos que puedan acercarte a esa apetecible meta.