

PROFESIONALES

Autónomos, Pymes y Franquicias

liberales

www.profesionalesliberales.com

Año VI • Número 41 • 2,95 euros

Las empresas españolas, cada vez más internacionales

Incluye
Guía de
NEGOCIOS

Fusiones empresariales:
una oportunidad en
tiempos de crisis

Llega la hora del marketing
electoral

Estela Gallego

Directora General de Política de la Pequeña
y Mediana Empresa

"Las pymes saldrán reforzadas de este período de ajuste"



¿Moda o necesidad?

AUTOR: José Ballesteros De la Puerta

Socio-Director de VESP (Vías para la Evolución y Superación Personal)

jbp@actitudenaccion-vesp.com
www.actitudenaccion-vesp.com

Autor de los libros “El reto”, “El puzzle” y “El mejor libro de autoayuda de todos los tiempos”

HACETIEMPO HABLABA CON UNAMIGO

de la infancia. Hablando de los compañeros del colegio y del instituto surgieron las preguntas típicas sobre cómo, dónde y qué hacía éste o aquel compañero de clase. Al hablar de uno muy en particular, mi amigo comentó: “Es increíble José, si me hubieran dicho que a ese pedazo de empollón le iba a ir ahora tan mal como le va, me hubiera reído del que lo dijera, pero la verdad es que todas sus matrículas y sobresalientes parece que no le han servido de mucho. Viéndolo ahora me alegro de no ser tan inteligente. ¡Y yo que le envidiaba...!”

Hasta que Daniel Goleman publicó su famosísimo libro “Inteligencia Emocional” en 1995, a más de uno le costaba entender las razones que llevaban a ese tipo de personas a fracasar luego en el juego de la vida. La pena es que después de transcurrido un tiempo parecía como si esto de la Inteligencia Emocional (IE) fuera más un tema de moda que una realidad, y lo que es más importante si cabe, una necesidad vital para conseguir triunfar en el juego de la vida. De hecho, entendiendo ésta, podemos entender las razones por las que personas como las descritas al inicio no logran trasladar su éxito académico a su vida fuera de las aulas. Pues, como se explica en esta obra, “la IE puede resultar tan decisiva, o más, que el Coeficiente Intelectual (CI)”.

CONJUNTO DE HABILIDADES

Pero, ¿qué es la IE? Podríamos definirla de manera muy simplista como la capacidad de controlar nuestras emociones por medio del desarrollo de un conjunto de habilidades –autocontrol, entusiasmo, perseverancia y automotivación, entre otras–, con el fin de tener una mejor calidad de vida. La buena noticia es que todas las habilidades que componen la IE se pueden aprender y desarrollar. La noticia retadora es que sólo depende de nosotros el desarrollar nuestra IE, y así conseguir una mejor calidad de vida. De hecho, nuestro coeficiente de IE puede desarrollarse a lo largo de

nuestra vida tanto como nos pongamos a ello.

Muchas son las empresas que hoy día invierten gran cantidad de dinero en consultoría y formación de sus directivos y empleados, para lograr incorporar a su forma de gestión un mayor grado de sensibilidad humana que lleve a trabajar no con el “orden y mando” del pasado y sí con el cuidado por las formas, el interés sincero por las personas y el desarrollo personal y profesional de cada persona en la empresa, en función de sus capacidades y sus propios deseos, conjugando así de manera más correcta la vida profesional dentro de la empresa con la vida personal fuera de la misma. No hay nada más que ver el *boom* del *coaching* ejecutivo entre directivos, profesionales liberales y empresarios.

“Cada uno de nosotros somos dueños de lo que pensamos, y por ende de lo que sentimos y realizamos”

Quedándonos tan sólo con las cuatro habilidades enumeradas antes: autocontrol, entusiasmo, perseverancia y automotivación, podemos ver claramente cómo desarrollando éstas podemos conseguir mayor satisfacción en nuestra vida. Walt Whitman lo resumió



magníficamente al decir: “Nada que sea ajeno a mí puede ejercer poder alguno sobre mí”. Éste es el principio base de la IE. Cada uno de nosotros somos dueños de lo que pensamos, y por ende de lo que sentimos y realizamos. Así:

- Desarrollando autocontrol seremos dueños reales de nuestra propia vida, pues nosotros, en nuestro fuero interno, decidiremos qué pensar y cómo sentir para luego actuar.
- Viviendo con entusiasmo proyectaremos entusiasmo a los demás y éstos a su vez nos darán de vuelta más entusiasmo. Walter P. Chrysler decía que “el secreto del éxito es el entusiasmo”, y lo cierto es que nada grande se puede conseguir sin éste. La buenísima noticia es que la forma de ser entusiasta es actuar como si realmente lo sintiéramos, hasta el punto de que llegaremos a sentirnos sinceramente entusiasmados. La fisiología nos ayuda sobremedida en esta tarea. Adoptando posturas entusiastas nos sentiremos más entusiastas.
- Siendo perseverantes llegaremos a alcanzar todas nuestras metas. Thomas A. Edison fracasó más de 10.000 veces hasta dar con el hilo apropiado para

conseguir la bombilla incandescente. ¿Cuánto debemos hoy día a ese extraordinario “tozudo”?
- Automotivándonos conseguiremos mantener viva la razón por la cual estamos jugando nuestro juego de la vida. Ése que hemos escogido y que nadie más puede jugar por nosotros.

“Desarrollando autocontrol, entusiasmo, perseverancia y automotivación podemos conseguir mayor satisfacción en nuestra vida”

SOMOS ÚNICOS

De la misma manera que a nuestros hijos les preguntamos con quién van y quiénes son sus padres por aquello de “dime con quién andas y te diré quién eres”, cuando nos hacemos mayores deberíamos prestar cautelosa atención a con quién nos juntamos y a quién escuchamos. Un día oí decir que al final uno se convierte en los libros que lee, las conferencias que escucha y la gente con la que normalmente se relaciona.



En definitiva, tener mayor grado de IE está al alcance de todos nosotros, sólo es cuestión de querer de corazón tener unas mejores relaciones con uno mismo y así, con los demás.

Puede que todavía existan personas que piensen que esto de la IE es una moda que acabará muriendo. Afortunadamente, mi trabajo diario con muchos altos responsables de empresas, despachos profesionales, padres de familia... me lleva a creer que la necesidad de desarrollar una correcta IE no es una moda, sino una realidad que está aquí para quedarse.

Y, por cierto, si todavía sigue pensando que Thomas A. Edison sólo hay uno en la historia, hágase un favor ahora mismo. Retire este artículo de su vista, diga en voz alta su nombre completo, y pregúntese cuántos hay, hubo y habrá que sean usted. ■

EL RETO

El Reto. Cómo disfrutar la responsabilidad de tu propia vida. Ed. Trafford Publishing, Ltd.

“Cada capítulo perfectamente engranado, orientado y redactado me han hecho identificarme, y con humildad digo que las dos medallas Olímpicas que poseo, no las hubiera conseguido sin las ideas que expone este libro”.

Jesús Olalla
El campeón Olímpico
Selección Nacional de Balonmano

Pídalo ahora en www.trafford.com/07-1735 o en www.actitudenaccion-vesp.com/libros.htm