

EL LIDERAZGO CONSCIENTE O PROPOSITIVO

FASCÍCULO # 2

Humanismo y emocionalidad son dos conceptos que están tomando fuerza en las organizaciones. Su enfoque es determinante en los resultados, tanto empresariales como personales.

LIDE
RAZ
GO
consciente

PÁG/10 | ¿Cómo influyen las emociones al liderar?

PÁG/16 | Taller parte 1



RESPALDA



MINCOMERCIO
INDUSTRIA Y TURISMO



APOYA

BBVA

¿CÓMO INFLUYEN LAS EMOCIONES AL LIDERAR?

POR

José Daniel Puche Lacharme

Médico especializado en psiquiatría. Trabaja temas en neurociencias del comportamiento a través de la programación neurolingüística. Es docente del CESA en el área de liderazgo.

“ El liderazgo consciente se logra cultivando el enfoque, la claridad, la creatividad y la compasión hacia los demás”. La frase es de Janice Marturano y define su esencia. Pero vale la pena desmenuzar sus componentes para reconocer cómo cada uno de ellos se

integra con las emociones y el concepto del humanismo. En primer lugar, el enfoque significa estar plenamente consciente del momento presente, realizando una actividad sin juicio alguno. En otras palabras, viviendo a plenitud la experiencia y fluyendo con atención en la misma.

La claridad está relacionada con la capacidad de ver las cosas en su verdadera dimensión. La creatividad implica ampliar las opciones hacia soluciones diferentes, que en ocasiones trascienden el pensamiento lógico y lineal, generando caminos laterales y diversos, vale de-

Compasión, claridad y creatividad son los pilares de liderar conscientemente.



PARADIGMA

La inteligencia emocional en el mundo laboral y los roles ejecutivos se ha ido modificando a tal punto de ser reconsiderada de forma significativa en el universo del trabajo y en la proyección de los líderes.

cir, uniendo conceptos o ideas aparentemente disímiles para construir una nueva realidad. A manera de ejemplo, si mentalmente hacemos el ejercicio de unir la idea de “juego” a la idea de “chocolate”, puede resultar el huevo de chocolate como un juguete lleno para los niños y jóvenes.

En cuanto a la compasión, se trata de la emoción humana más evolucionada, que además permite compenetrarse con los demás desde la esencia, sintiendo, deseando y aspirando un auténtico bienestar y crecimiento colectivo. Un concepto

clave porque el liderazgo consciente se basa en entrenamiento sistemático para desarrollar atención plena en nosotros mismos y lo que nos rodea, lo cual a su vez permite, a quienes lo desarrollan, estar en condiciones de relacionarse con sus colaboradores y su entorno de forma profunda.

La emocionalidad y sus expresiones han sido habitualmente cuestionados en la cultura occidental, hasta ser considerados “debilidades” en el ejercicio laboral cotidiano. Sobre todo en los cargos de liderazgo, donde se supone que se debe trabajar objetivamente con equipos para la consecución de metas organizacionales. Desde la aparición en 1995, del libro de Daniel Goleman, *La inteligencia emocional*, el tema se ha ido modificando, en el mundo laboral y los roles ejecutivos a tal punto de ser reconsiderado de forma significativa en el universo del trabajo y en la proyección de los líderes.

Desde esa misma concepción, Abraham Maslow, pionero-





ro y precursor de los movimientos que impulsaron el desarrollo del potencial humano en todas sus dimensiones, añade que el humanismo muestra ser uno de los elementos centrales en el desarrollo personal. Por eso, el liderazgo consciente es hoy una necesidad para las empresas ecológica y socialmente responsables, porque además debe reconocerse que



ENFOQUE

Una visión clara se traduce en líderes que pueden enfrentar asuntos específicos de toma de decisiones centrándose en lo verdaderamente importante.

las decisiones de los líderes afectan el medio ambiente y los grupos humanos en general con una magnitud que puede derivar en consecuencias de impacto positivo o negativo en la sociedad.

Es decir, que comprometerse con el mundo del liderazgo consciente es hoy crucial en la realización de procesos personales y esfuerzos intencionales para el desarrollo de habilidades. De esta manera se pueden identificar señales corporales, emociones o pensamientos. En general, expresiones que surgen sin identificación exclusiva y pasa a un estado de presencia completa. Una visión que se traduce en líderes que pueden enfrentar asuntos específicos de toma de decisiones centrándose en lo verdaderamente importante.

Estas prácticas de liderazgo consciente que incluyen autoobservación detenida del cuerpo, las emociones y los pensamientos, de tal forma que se dependa cada vez menos del piloto automático para las intervenciones y exista mayor concien-



cia en las respuestas efectivas que se pueden dar. En medio de esta perspectiva, puede añadirse la práctica de la meditación como herramienta para desarrollar autoconsciencia, equilibrio y autorregulación personal. Con una reflexión inicial: es necesario desmitificarla y de entrada advertir que no debe asociarse a prácticas religiosas. Nada más lejano de la realidad.

Comprometerse con el mundo del liderazgo consciente significa realizar procesos personales y esfuerzos intencionales para el desarrollo de habilidades. De esta manera se pueden identificar señales corporales, emociones o pensamientos que transforman realidades.

Hoy la neurociencia tiene clara la influencia de las prácticas regulares de meditación, de atención plena o “*mindfulness*” para el adecuado funcionamiento de los lóbulos frontales, permitiendo un mejor desempeño en labores de toma de decisiones y en la regulación emocional. Por este motivo, los líderes conscientes realizan periódicamente retiros de meditación en silencio, lo que les da la oportunidad de incrementar su conciencia interna, que luego pueden aplicar en sus roles como promotores en sus organizaciones.

Debe tenerse en cuenta que entre los beneficios más importantes del ejercicio del liderazgo consciente está fortalecer los vínculos interpersonales de los colaboradores con la empresa y promover conversaciones de plena conciencia, reconociendo el impacto de las palabras entre los interlocutores y experimentando una escucha plenamente consciente. Son temas que ratifican que la emocionalidad y el liderazgo consciente contribuyen a la creación de climas más constructivos y saludables.

DIRECCIÓN TÉCNICA

APOYA



El mundo requiere de esos líderes que no teman permanecer con corazón abierto y fortaleza del carácter, cualidades imprescindibles para tomar decisiones éticas.

La empatía crea vínculos inspiradores y fortalece el potencial de los colaboradores.

bles en las empresas u organizaciones, dando lugar a la aparición de emociones positivas, como el humor, la compasión y la alegría.

Carl Rogers, uno de los pioneros del humanismo y quien ha investigado además el papel de la empatía en las relaciones interpersonales, reconoce que se debe estar plenamente presente para los otros, porque ese es uno de los principales requisitos para los verdaderos líderes. El desarrollo sistemático de la empatía con presencia plena frente al otro es, dentro del liderazgo consciente, uno de los rasgos más valorados, ya que se

crea vínculos muy profundos e inspiradores, fortaleciendo el potencial de los colaboradores a través de una comunicación abierta, fluida y assertiva.

Una experiencia de expresión saludable de las emociones, apreciando las verdaderas fortalezas del ser humano. Una perspectiva de aplicación de interacciones conscientes en las prácticas cotidianas, para que los seres humanos florezcan cumpliendo metas y los procesos dentro de un clima laboral constructivo y productivo. En síntesis, un líder consciente que encarna cualidades de pensamiento no crítico, mental y emocionalmente abierto, consciente de sí mismo, paciente, humilde, confiado, colaborador y compasivo.

Un liderazgo que permite ver formas nuevas y más adecua-

das de enfrentar momentos y seguir aprendiendo. De mantener la fortaleza y el cultivo de las capacidades innatas de concentrarnos, ver claramente, ser creativos y encarnar la compasión. En otras palabras, la excelencia en el liderazgo se deriva del cultivo de la conciencia de sí mismo y del espacio para tomar decisiones equilibradas, claras, compasivas y creativas. Cada decisión tomada por el líder puede provocar una ola expansiva de efectos inimaginables.

Hoy el mundo requiere de líderes que no teman permanecer con corazón abierto y fortaleza de carácter, convicción que son cualidades imprescindibles para tomar decisiones éticas. Los problemas que enfrenta la humanidad no son insuperables, pero requieren un nuevo tipo de liderazgo. Cuanto más podamos llevarlo a la práctica, y fomentarlo a todas la sociedad posiblemente descubramos mejores formas de influir en la vida de los demás, de nuestros equipos, nuestra familia y nuestra comunidad. La invitación es a empezar por nosotros mismos, porque todo pequeño cambio puede contribuir a crear un mundo mejor. ¡Bienvenidos al mundo del liderazgo consciente!

TRABAJANDO EN NUESTRO PROPOSITO DE LIDERAZGO CONSCIENTE



Señor lector: nuestros talleres proponen que, por medio de una actividad sencilla y reflexiva, usted pueda llevar a cabo algunas acciones relacionadas con su rol como líder. Recuerde lo que puede hacer con su familia o en su organización. El objetivo de este taller es que reconozca su propósito y se plantea algunas preguntas desde su postura de líder consciente.

- Reflexione cuáles son los cinco asuntos principales que necesitan transformación en su entorno, por ejemplo, en términos sociales, ambientales, económicos, familiares o de vida. Piense en las situaciones o hechos que representan un gran desafío para usted y la humanidad.

1	_____

2	_____

3	_____

4	_____
