

EL ARTE DE GESTIONAR EMOCIONES EN LA EMPRESA

Estamos en la era emocional y por eso cualquier responsabilidad sea de liderazgo al dirigir personas, sea ante clientes para negociar temas comerciales o ante proveedores para negociar condiciones pasa por ser capaces de saber gestionar emociones, **que aunque no es nada sencillo resulta muy rentable.**

Saber gestionar los conflictos que surgen cada vez con mayor frecuencia, dada la extrema velocidad de los cambios en los mercados, es vital para que nuestro equipo internamente permanezca al máximo nivel y esté totalmente alineado. A través de una buena gestión emocional podemos transformar limitaciones en posibilidades y aparentes problemas en oportunidades si le damos la vuelta necesaria ya que nuestra fe en el futuro determinará en gran medida nuestro presente. Una gestión emocional positiva conseguirá, además, que todos creamos al 100% en nuestras ideas, en nuestra obra, en nuestro proyecto, ya que las creencias de un equipo son mucho más potentes que las propias capacidades. Por eso, cuando **las personas están equilibradas emocionalmente el esfuerzo sale automáticamente, el esfuerzo lleva el cemento del amor, del cariño por la excelencia y el nivel de confianza entre unos y otros está en su máximo esplendor.**

Una empresa con buena media emocional en su equipo consigue elevados niveles de productividad para poder competir en su mercado, ya que forma parte del ADN de su propia cultura y valores el estar a tope en todo momento. Crear una atmósfera equilibrada emocionalmente permite potenciar las mejores competencias actuales y más demandadas, tales como la empatía y generar entusiasmo que es el combustible necesario para el equipo y eliminar o reducir la ira al máximo. Por eso, hay que inculcar en nuestros equipos que se debe saber traducir la actual ansiedad general en retos a superar, con nuevos enfoques y nuevas adaptaciones al entorno, convertir los numerosos riesgos externos en algo normalizado con lo que vivir, pero sin dramas ni alteraciones innecesarias, ya que es el nuevo signo de estos tiempos actuales y afecta a todos, no solo a nosotros.

Por otro lado, la mala calidad emocional produce efectos muy negativos, porque destruye al propio equipo y porque perjudica la salud de todos y el estado anímico. Además, puede

llevar al derrotismo y a lo más negativo del ser humano que es tirar la toalla y renunciar. **Asimismo, un equipo emocionalmente inestable entra en la zona de confort y se instala en el conformismo permanente sin ver con suficiente tiempo el abismo por donde caerá.** Es aquí donde aparecen las diferencias entre los miembros del equipo y los conflictos estériles e improductivos, se realizan cazas de brujas buscando culpables en lugar de buscar soluciones y se rebela contra cualquier cambio o nueva propuesta. Así que, una de las mejores inversiones que podemos hacer en nuestras empresas es conseguir un equilibrio emocional que nos permita luchar pero con pleno sentido.

Por ejemplo, las posibilidades de tomar buenas decisiones y avanzar o malas decisiones y empeorar nuestra situación depende, en gran medida, del estado emocional del equipo y esta es razón más que suficiente para ponernos las pilas en este tema. Los sentimientos colectivos siempre fueron más potentes que los pensamientos y las acciones siempre fueron más efectivas que las ideas nunca puestas en práctica. Además, un equipo en buena situación emocional creará más vínculos de orgullo de pertenencia a la marca y ya sabemos que antes de vender la marca al exterior hay que venderla y conseguir quererla interiormente.

De igual manera, un ambiente emocionalmente positivo desarrolla y potencia la creatividad y la innovación, y ayuda a que los mejores talentos se luzcan en los momentos clave. También debemos valorar que una estabilidad emocional nos hace sentirnos mucho más realizados (nuestra valía personal se asoma) y esto se traduce en un mayor rendimiento y optimismo, muy necesario en estos momentos turbulentos de tantas incógnitas en el mundo, donde nuestra influencia puede ser muy valorada por los demás.

Me despido, como siempre, deseando mucha suerte a los que no cuidan la parte más emocional de su organización porque la van a necesitar en grandes cantidades y muchos éxitos, que seguro los tendrán, a todos los que dan importancia a una buena salud emocional de sus equipos con unas frases para reflexionar sobre este importante tema:

- **Eres como una obra de arte, no todo el mundo te va a entender, pero el que lo haga no te olvidará jamás.**
- **No pierdas el tiempo buscando un lápiz mejor, aprende a escribir mejor.**
- **Un pájaro posado en un árbol nunca tiene miedo a que la rama se rompa, porque su confianza no está en la rama sino en sus propias alas.**
- **Todos los hombres estamos hechos del mismo barro, pero no en el mismo molde.**

José Carrasco

FERSAY ELECTRONICA, S.L.

Blog: www.josecarrascolopez.com