SOBREVIVENCIA *del profesional*

En la Cima
Guía de Orientación Vocacional

Trabaje con su inteligencia emocional

El primer paso para desarrollar fortalezas en nuestra inteligencia emocional es reconocer cuánto de ella estamos aplicando en nuestra vida diaria y sobretodo, darnos cuenta cómo ésta se refleja o presenta en forma práctica. Esto es lo que analizaremos en esta edición.

A continuación aparecen una serie de preguntas, deberás contestarlas con total sinceridad, luego revisar en el recuadro invertido el comentario sobre las respuestas; no encontrarás al final una puntuación que determine el grado de inteligencia emocional que tenés sino más bien, una guía sobre qué respuesta es asertiva en ese sentido y por qué.

1. Te nombraron coordinador (a) de la fiesta de graduación, junto a vos trabajan varios compañeros, se sugiere la división de funciones en la ejecución de la actividad para mejorar el trabajo.
a) Como coordinador (a) de la fiesta, realizás la división del trabajo, para que cada quien opine y ejecute según su área.
b) Desarrollás reuniones previas del tipo de "lluvia de ideas" para ver diferentes posibilidades entre todos y luego dividir el trabajo, manteniendo reuniones periódicas para ver cómo se desarrolla todo y aprovechar las ideas de todos.
c) Dejás que cada quien decida qué desea hacer y así se acomodan los subgrupos.

2. Siguiendo con la fiesta, uno de tus compañeros, comienza a decir que no le parece la forma en que estás manejando la actividad, inclusive ofrece puntos que cree podrían mejorarse.
a) No le hacés caso, ni tampoco buscás aclarar con él sus puntos.
b) Te peleás con él, y hasta renunciás a planear la fiesta, si él puede hacerlo mejor que venga y lo demuestre.
c) Con calma haces una reunión de equipo y analizan cómo se ha estado planeando la fiesta y qué puede hacerse para mejorarla.

3. Estamos a principios de diciembre la fiesta es en una semana, y llaman del hotel que tienen un problema con la cantidad de personas que pueden atender y con el tipo de música que se puede llevar.
a) Inmediatamente te vas para el hotel para arreglar el problema y no te retirás hasta tener la seguridad de que todo está arreglado.
b) Le pedís a uno de tus compañeros, quien ha estado coordinando esa área, que llame o vaya al hotel.
c) Entrás en pánico y peleás con el encargado del hotel sobre la barbaridad que están haciendo.

4. Continúan planeando la fiesta y de pronto, el director del colegio te pide que aceptés la colaboración de otro compañero, no obstante, te han dicho que es un poco vagabundo o que le gusta hacer sólo un tipo de fiestas.
a) Aceptás el nuevo compañero pero sólo le contás lo necesario y lo ponés a trabajar en una cosa específica.
b) Aceptás pero desde su llegada le entregás un cronograma de actividades que debe realizar y no le das oportunidad de conversar después de todo, si es un vago con vos va a tener que trabajar.
c) Le das la bienvenida, le comentás todo lo que han planeado y acordado y sobre todo la metodología de trabajo que se han puesto. Además, le invitás a ubicarse donde desee y dar sus opiniones.

5. Llegan a hablarte dos compañeros de equipo que no están de acuerdo entre sí, cada uno te dice su parte de la historia, uno de ellos es tu amigo cercano.
a) Te negás a escuchar a ambos, que se arreglen como puedan.
b) Le das la razón a tu amigo es importante la lealtad.
c) Le das la razón al que no es tu amigo, para evitar comentarios negativos sobre la organización de la fiesta.
d) Escuchás a ambos, pero sobre todo tratás que se escuchen entre sí para llegar a un acuerdo.

6. Como trabajo del colegio los profesores piden que los estudiantes realicen una investigación sobre X tema, que planteen una hipótesis y que traten de probarla ante un tribunal compuesto por otros compañeros.
a) Desarrollás tu propuesta y esperás que el tribunal esté compuesto por tus amigos.
b) Realizás tu trabajo a conciencia y lo explicás con detenimiento
c) Desarrollás el trabajo en forma somera, exponés rápidamente y vas saliendo con las preguntas.

7. Te nombran presidente (a) del colegio, estás en las reuniones de Junta Directiva,
a) Te volvés estricto (a) con el uso de la palabra y con la definición de la agenda.
b) Tratás de que todos utilicen la palabra, manteniendo el orden pero con la misma tranquilidad con que siempre se han relacionado.
c) Las reuniones son un vacilón, totalmente semejante a las reuniones de grupo, deben hacer muchas para terminar los temas.

8. Volviendo a la fiesta de graduación, fue un total fracaso, la música llegó tarde, se quedaron personas sin comer, algunos carros fueron tachados, etc.
a) La culpa es de todos, cada uno tenía un área que debía trabajar bien y no lo hizo.
b) Nadie tuvo la culpa, son cosas que no se pueden prever, el hotel debió ser más cuidadoso e informarnos bien de los procedimientos.
c) Tengo un buen porcentaje de la culpa pues soy el coordinador, no puse atención a los detalles, la próxima vez lo podré hacer mejor y mi equipo también.

9. Falta una semana para entregar un trabajo en equipo que consiste en generar una idea de negocios; no se les ha ocurrido nada y las ideas que has tenido no han sido aceptadas.
a) Te molestás y les hacés saber que al menos alguien del grupo sí piensa (vos) aunque no aceptan sus ideas.
b) Seguís presentando opciones y te preparás para entregar la tarea solo; si no se ponen al día no vas a cargar con nadie.
c) Tratás de persuadirlos para que hagan una "lluvia de ideas", tal vez buscás alguna ayuda o instrumento.

10. Se hace un equipo en el barrio para lograr que construyan una cancha de juegos,
a) Presentás algunas ideas pero te mantenés a distancia, estás un poco ocupado (a) y la verdad, no sabés cómo va a acabar todo eso; mejor prevenir.
b) Ayudás en lo posible, con tus ideas y tu esfuerzo.
c) Te convertís en uno (a) de los líderes, firmemente creés que sería de gran utilidad para la zona, inclusive convencés a otros de ayudar en la tarea.

11. Un amigo (a) tiene un problema que lo tiene deprimido (a), ya le has aconsejado sobre diferentes opciones, pero lejos de hacer algo se pone cada vez peor.
a) Le decís que si no hace lo que le has dicho que no espere que sigás siendo su paño de lágrimas.
b) Le dejás desahogarse un poco y luego le explicás que debe hacer algo por sí, que no puede seguir en ese ciclo en que está.
c) Escuchás su historia y le recomendás cosas similares.

Respuestas

1. Una persona con alto nivel de inteligencia emocional IE actúa de acuerdo con varios supuestos: primero, conoce y comprende su capacidad por lo que no le molesta compartir ideas y poder, segundo, se preocupa por sacar lo mejor de cada quien, todo lo que puede ayudar a los demás, son decisiones que corresponden a un alto nivel de IE (opción b)

2. El individuo de alta IE siempre está abierto a resolver los problemas o los conflictos, no los deja pasar o los evade esperando que se arreglen por sí mismos como a. ni tampoco se deja llevar por la b. La opción más asertiva es c. arreglar las cosas en el momento, expresando lo que se siente y se piensa sin agredir a los demás o permitir ser agredido.

3. Un alto nivel de IE involucra no dejar para después la atención de los mismos, a es la más acertada. Respecto a la b es importante actuar de aun cuando quien se encargue sea otro, el responsable siempre es quien coordina o sea vos. Ante esto es importante actuar que si algo falla no es solo su culpa o de un tercero sino de todo el equipo o de uno mismo. Opción c

4. Una persona que tiene un buen manejo de la IE sabe sacar lo mejor de cada quien, lo acepta sobre lo que propone y no sobre comentarios o habladurías, además trabaja con "las cartas sobre la mesa", es claro y directo; la opción adecuada es la c. En el caso de a y b, lo está aceptando pero no le está dando la oportunidad ni tampoco trata de aprovechar y sacar lo mejor de cada quien.

5. Las personas con alto nivel de IE son buenas escuchando (en forma proactiva – sea para que se de un desahogo o para que se mejore una situación) además, intenta generar una conexión de "ponerse en los zapatos del otro", de escuchar a los demás; opción d. No espera que las personas queden en ambiente favorable y resultados positivos.

6. Es muy importante la seguridad en sí mismos y la concentración a la hora de preparar o realizar sus trabajos, opción b corresponde al manejo de IE.

7. Se debe tener un equilibrio entre el poder y la falta de éste, no se tiene que ser tirano pero tampoco anárquico. La idea es establecer medidas de control por liderazgo no por el poder mismo. Por ello la opción b es la más asertiva.

8. La culpa no debe ser el centro de atención, sino más bien un motor para el análisis y a la mejora, sin embargo, una persona con alto nivel de IE no arroja culpa a otros, es consciente de su responsabilidad. La opción c es la desatada.

9. No se trata de ser sarcástico o mordaz como la opción a, o de mantenerse a distancia como b, sino de utilizar la tecnología que se disponga para convencer a los demás de actuar en una determinada forma. Opción c

10. Igual que el anterior, alguien con IE alto es capaz de comprometerse con sus ideales y luchar por alcanzarlos, así como de animar a otros a hacer lo mismo. Opción c

11. Escuchar, permitir desahogo pero guiar a la acción, no permitir maneras y comprensión por los sentimientos de los demás, son decisiones que corresponden a un alto nivel de IE (opción b)

Un agradecimiento muy especial a la **Universidad Interamericana** por su interés en el desarrollo de esta sección con el objetivo de ofrecer al nuevo profesional las herramientas que le permitan autorrealizarse y tener un futuro exitoso en el desempeño de su trabajo.

Universidad INTERAMERICANA
PARA ENFRENTAR EL FUTURO CON VISIÓN EMPRESARIAL