

Todos conocemos a personas que, en el fondo, mueren por sobredosis de currículum

Diario de Navarra

Una sensibilidad enriquecida por sentidos bien administrados descansa en una comunicación personal que empieza por la escucha

Impartir sesiones sobre inteligencia emocional y comunicación personal *Empresarios de Navarra (CEN)* me ha brindado la oportunidad de conocer a un grupo de directivos y profesionales excelentes de una treintena de empresas. No sólo eso, sino aprender de lo que se supone que debía enseñar.

Pocos asuntos tan personales como manejarse a uno mismo. Algunos son relativamente fáciles de controlar o medir: la temperatura, la tensión arterial o el colesterol, pero ¿qué pasa con las emociones, los sentimientos, la afectividad? Muy sucintamente, cabe fijar varios pasos, basados en las competencias de la inteligencia emocional referidas por **Peter Salovey**, psicólogo de Harvard, y popularizadas por **Daniel Goleman**: conocer las propias emociones, autogestionarlas, automotivarse, comprender las emociones ajenas y ayudar a gestionarlas.

Armonía senti-mental

en la *Confederación de*
En la armonía senti-mental juega un papel decisivo conciliar cinco sentidos y cinco sensibilidades resumibles en: escuchar con vista, hablar con tacto, decidir con olfato, observar con oído y elegir con gusto. Hombres y mujeres procesamos estas combinaciones con distinta sensibilidad. Salta a la vista, al oído, al tacto, al gusto y al olfato. Ignorar esta diferencia causa muchos problemas evitables. Personales y corporativos.

Una sensibilidad enriquecida por sentidos bien administrados descansa en una comunicación personal que empieza por la escucha. A lo largo del curso de la *CEN* oímos y comentamos varias canciones. Una de ellas sintetiza el descubrimiento de saberse y sentirse escuchado: *¡Nadie como tú! (La Oreja de Van Gogh)*. Otra previene del efecto de no encontrar a personas escuchantes cerca: *¡Qué lástima, pero adiós, me despido de ti y me voy! (Julietta Venegas)*.

Puede resultar paradójico, pero la primera escucha debe ser con uno mismo. No es fácil. Requiere atenuar mucho los sentidos que nos relacionan con el mundo exterior. Es una vía rápida para acceder al interior. Como en un iceberg, aflora lo que crece dentro. Ahondando en la paradoja, todos necesitamos un bastón, un amarre, una estrella que nos acompañe en el recorrido de ser nosotros mismos. Este fenómeno

bautizable como *tuísmo* supone uno de los mayores estímulos vitales para una persona. De alguna manera, lo mejor de ti no es tuyo o, dicho de otro modo, necesita un *tú*. Así cabe reformular la conocida sentencia de **Nietzsche** y concluir que alguien con un *por quién* para vivir podrá superar cualquier *cómo*. Por eso el cariño saca de pozos.

Con **Joaquín Sabina** recordamos la importancia de «que el maquillaje no apague tu risa, que el equipaje no lastre tus alas (...). Que el corazón no se pase de moda (...). Que las verdades no tengan complejos, que las mentiras parezcan mentira (...). Que no se ocupe de ti el desamparo (...), que ser valiente no salga tan caro, que ser cobarde no valga la pena».

" target="_blank">un vídeo nos mostró que todas nuestras preocupaciones caben en una sonrisa, que transmitir alegría vivifica y contagia, que el yo más sonriente puede apagarse sin un *tú* que corresponda. La historia del chico que regala alegría en su mostrador del *parking* revela una felicidad posible en el trabajo, no sólo para quien la genera, sino para los demás.

El verbo de la ilusión es desvivirse

Julián Marías aboga, en su *Breve tratado de la ilusión*, por descubrir a personas ilusionantes. También desconcierta al decir que el verbo de la ilusión es desvivirse. Es otra faceta del *tuísmo*, magníficamente resumida por la **Madre Teresa de Calcuta**: *quien no vive para servir no sirve para vivir*. De ahí que el pronombre posesivo más fecundo y liberador de uno mismo sea "*tuyo*", simbiosis de *tú* y *yo*.

Esa actitud libera cuando el trabajo se transforma en un esclavizante y pesado equipaje que lastra. Así ocurre si en el CV antepone el *currículum* a la vida. Todos conocemos a personas que, en el fondo, mueren por sobredosis de *currículum*. Tan importante como acelerar es embragar bien, frenar a tiempo, parar por elección y no por colisión y, si es preciso, dar marcha atrás. Por supuesto, necesitamos combustible, lubricante... y un buen mecánico.

Lo expuesto hasta aquí sobre algo tan personal es milimétricamente adaptable a empresas y organizaciones. No es casualidad que **Javier Fernández Aguado**, uno de los grandes expertos en dirección de empresas, proponga un modelo de *feelings management* o gestión de los sentimientos organizativos. ¿Por qué? Porque es bueno para la empresa lo que es bueno para las personas que trabajan en ella, y viceversa. ¿Lo mejor del curso en la CEN? **Silvia, Rafa, Javier, M^a Carmen...**

Enrique Sueiro

Tuísmo, lo mejor de ti

Consultor de Comunicación Interna en organizaciones

Doctor en Comunicación Biomédica de la Universidad de Navarra