

Las 3 "P" de la inteligencia emocional

Por Jorge A. Oriza Vargas © (59- 2011)

El establecer relaciones entre diversos conceptos, facilita desde mi punto de vista su comprensión, además de que los podremos recordar con facilidad. Por eso, les propongo en esta cápsula, recordar tres atributos derivados de los elementos más importantes de la inteligencia emocional como son el dominio personal y la automotivación. Me refiero a tres comportamientos que suelen observarse en las personas maduras y virtuosas, y que responden a una formación en valores. Desafortunadamente, los observamos cada vez en menos personas en nuestra sociedad, y por eso es necesario recordarlos. Estos atributos de la madurez, son para mí las tres "P" de la Inteligencia emocional: *la prudencia, la paciencia y la persistencia*. Explico a continuación mis argumentos para cada uno de ellos.

La prudencia tiene que ver con la sensatez, con la moderación y la cautela¹; ya considerada desde hace más de dos milenios por Platón, como una de las virtudes cardinales², la prudencia implica pensar antes de actuar, pensar antes de hablar y como dice la definición, ser cauteloso con nuestras acciones. El prudente por lo general, modera su comunicación para no afectar a otros, es decir, toma en cuenta de manera natural dos cosas importantes: ser respetuoso de los demás, de su forma de pensar, de sus ideas y de sus creencias; también de sus sentimientos y de los muy diversos rasgos de su personalidad. La segunda cosa importante que toma en cuenta el prudente es pensar; es decir, utiliza su inteligencia de manera habitual, para pensar muy bien lo que va a decir y lo que va a hacer, antes de realizarlo, analizando las posibles consecuencias de sus actos y considerando todas las fases del respeto que mencionábamos. Saber que decir, cómo decirlo y el momento oportuno para decirlo y sobre todo, saber actuar considerando antes, las posibles consecuencias de nuestros actos.

Actuar de esta manera, se deriva precisamente de la inteligencia emocional; el prudente tiene un control y dominio personal a toda prueba; no podría ser prudente quién no trabaja adecuadamente sus emociones y sentimientos. Quién los manifiesta sin control, tanto actitudinalmente como verbalmente y nos los domina, no podría ser prudente, pues deja que los ruidos emocionales³ afecten los mensajes de su comunicación. Por eso, insisto, para ser prudente primero debe haber autoconciencia y autodomínio, atributos fundamentales de la inteligencia emocional.

¹ Real Academia Española.. Ver: http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=prudencia

² Las cuatro virtudes cardinales son: la prudencia, la templanza, la justicia y la fortaleza

³ Ver la cápsula pasada, sobre el ruido y la inteligencia emocional

La paciencia, a diferencia de la prudencia, se relaciona con controlar nuestra *velocidad* para actuar o responder ante situaciones diversas, y con saber esperar para obtener diversos bienes o resultados. Cuando alguien tiene problemas para obtener las cosas, solemos decirle, no seas impaciente, espérate. También podríamos relacionar a la impaciencia con regular nuestro ímpetu o nuestra ansiedad para realizar cosas o para resolver problemas, sobre todo cuando por el tiempo, necesitamos esperar inteligentemente hasta que se pueda actuar oportuna, correcta y eficazmente. La paciencia se asocia también con "soportar" situaciones difíciles⁴, sin alterarse, o hacer cosas minuciosas o difíciles, guardando los tiempos oportunos. El impaciente, no espera, se anticipa; se altera cuando las cosas no salen bien o cuando falta mucho tiempo para terminar. Y en todos esos casos, como vemos, el factor tiempo parece ser el factor que es determinante en esas respuestas. Así, el paciente, es una persona que a partir de su propia autoregulación, de su propio control emocional, cualesquiera que sean los tiempos y los obstáculos, sabe esperar y hacer las cosas como decíamos: con oportunidad, corrección y eficacia. Es decir, la impaciencia se deriva de serias deficiencias en el dominio personal, en la autoregulación, atributos o aptitudes de la inteligencia emocional.

Finalmente, **la persistencia** tiene que ver con la constancia de nuestros esfuerzos, hasta lograr nuestros objetivos. Si bien persistir se refiere a personas o también a cosas, podemos definir a la acción de persistir, como una acción personal observada por la insistencia, la firmeza o el empeño para lograr algo. Se suele decir, *el que persevera alcanza*, y perseverar es la otra forma de observar la actitud del persistente.

Y por lo general quienes son persistentes, son personas con carácter, son personas con inteligencia emocional, que saben regular sus emociones negativas y canalizar las positivas sobre todo cuando se trata de alcanzar objetivos complejos, en situaciones difíciles, caminos con muchos obstáculos y que demandan mucho tiempo para llegar a nuestro destino o nuestro objetivo. En todos estos casos, que la complejidad de la vida suele presentarnos, se deberá actuar con persistencia, pero también con paciencia y con prudencia, o ¿no lo cree usted?

Jaov

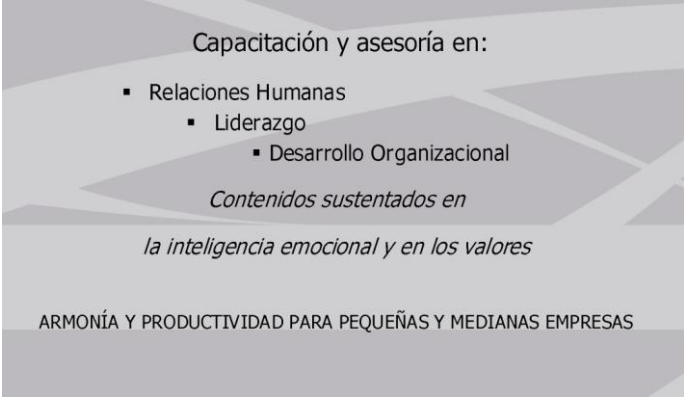
Cualquier comentario u opinión, se agradece de antemano y se puede recibir en mi mail: foriza@prodigy.net.mx

NOTA: Este artículo puede ser compartido, con cualquier persona interesada en el tema, siempre y cuando se mencione la referencia de su autor, y no sea para fines de lucro. El autor se reserva todos los derechos sobre sus artículos, conforme a las leyes vigentes.

⁴ Ibid, Real Academia Española.

**Visita mi sitio: www.iema-oriza.com
Busca las secciones de *empresa* y del *matrimonio*; ahí encontrarás
algunas ideas útiles para cada uno de estos temas**

**Otros temas en cápsulas siguientes:
*Feminismo vs. Machismo; Escuchar con empatía; Creyentes vs. pensantes.***



Capacitación y asesoría en:

- Relaciones Humanas
 - Liderazgo
 - Desarrollo Organizacional

*Contenidos sustentados en
la inteligencia emocional y en los valores*

ARMONÍA Y PRODUCTIVIDAD PARA PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS