

La soberbia ¿es por falta de inteligencia emocional?

Por Jorge A. Oriza Vargas © (64- 2011)

Empecemos por dar algunas ideas que nos aproximen a comprender el término de soberbia. De pequeño, escuché que la soberbia se oponía o era antónimo de la humildad; me decían: contra la soberbia, la humildad. Y efectivamente, algunos términos que se refieren a conductas similares a la soberbia, carentes de humildad, son por ejemplo el orgullo, la arrogancia o la altivez. Seguramente habrá algunas otras interpretaciones de la palabra soberbia, pero nos remitiremos precisamente a las mencionadas.

Las personas que parecen ser soberbias, además de la posible falta de humildad que muestran, parecen tener una idea sobrevalorada de sí mismos; responden sobre todo a los conflictos de relación humana, con excesiva vanidad u orgullo, lo que les limita a reconocer sus errores y menos a ofrecer alguna disculpa. En este sentido, puede verse a la soberbia, como un sentimiento de superioridad hacia los demás.

Por eso, la soberbia se muestra como una actitud, es decir, es una forma de comportamiento que se asume o se muestra, o es percibida por las personas con las que se relaciona quién es presumiblemente soberbio.

Si recordamos que las actitudes tienen tres componentes¹, podremos analizar los elementos causales de la actitud del soberbio. *La primera componente* es como sabemos cognitiva, racional; es la idea personal de superioridad hacia los demás, es la falta de sentido autocrítico para reconocer las limitaciones, las equivocaciones. El soberbio tiene una apreciación sobrevalorada de sí mismo, de sus conocimientos, de sus cargos (en el trabajo) o de sus responsabilidades, y de menosprecio de los demás; el clásico yo estoy bien (siempre) tú estás mal. Por supuesto que esa falta de sentido autocrítico, de estar bien parado ante la realidad, se deriva de la falta de humildad para reconocerse con todas sus limitaciones y equivocaciones.

Es por esto que en la cultura contemporánea, tan caracterizada por personas materialistas, ego centristas, para quienes reconocer errores puede ser sinónimo de debilidad (por ejemplo ante quienes "compiten"); observamos cada día más actitudes soberbias.

La segunda componente de la actitud soberbia es de carácter emocional. Es lo que nos "mueve" para responder con soberbia ante la situación específica en donde se haya generado el conflicto o el problema. Esta fuerza emocional generalmente está asociada a un enfado o enojo, por haber sido superado, por haberse equivocado, o

¹ Ver Cápsula ADEF No. 10

por las supuestas equivocaciones de otros; o por las tensiones de la situación en la que se da el problema o conflicto. Pudiera haber algún otro factor emocional, asociado por ejemplo al temor de ser evidenciado, o a la alegría o pasión descontrolada por superar a otro o por "ganarle" cualquier cosa.

Pero es en esta segunda componente, la emocional, en donde el soberbio exhibe precisamente falta de inteligencia emocional.

La tercer componente es la muestra conductual, es la expresión facial y corporal que muestra quién es soberbio; en ocasiones cejas levantadas, muecas alrededor de la boca, pero en fin, el soberbio muestra expresiones de orgullo, de presunción, de molestia o de negarse a dialogar; expresiones que con frecuencia pueden ser percibidas por los demás.

La persona que es considerada soberbia por quienes le conocen, es porque seguramente ha asumido estas actitudes soberbias en varias ocasiones en sus relaciones interpersonales; es decir, no ha sido una sola actitud, sino varias veces, lo que ha generado la percepción de los demás de que es una persona soberbia, porque difícilmente ofrece disculpas cuando se equivoca o es muy orgulloso y presumido, en demérito de los demás.

Desarrollar inteligencia emocional, crecer en ella, nos ayuda por supuesto a no ser soberbios. En primer lugar, teniendo una idea equilibrada de nosotros mismos; de nuestras fortalezas y virtudes, pero también de nuestros defectos; la autoconciencia y auto aceptación de nosotros mismos, precede al dominio personal de nuestras emociones y sentimientos; sabremos qué hacer cuando sentimos enfado por el éxito ajeno, o enojo por nuestras equivocaciones; el autocontrol y la autoregulación de esas emociones, nos impedirá generar malos sentimientos hacia nuestros semejantes y asumir con ello actitudes soberbias.

Finalmente, actuar con inteligencia emocional tiene que ver también con ser empáticos; el que sabe comprender a los demás, difícilmente los menosprecia, y sabrá cuando reconocer sus éxitos o cuando ofrecerles disculpas, sin sentirse mal por ello.

Por todos los argumentos que apuntamos, podemos concluir que una persona madura, una persona que muestra inteligencia emocional, difícilmente mostrará actitudes soberbias. O al menos será menos probable; ¿usted qué opina?

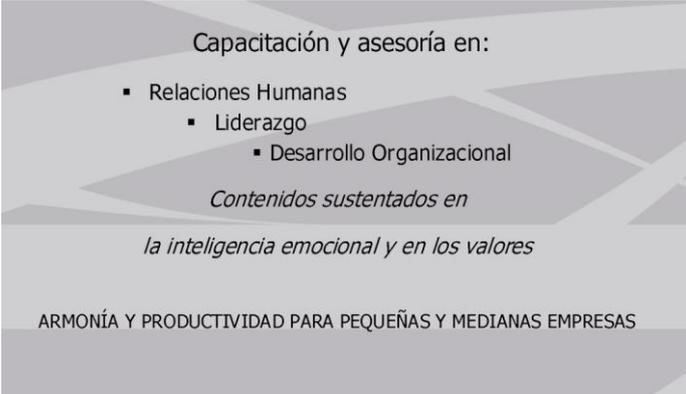
Jaov

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.

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:
Habilidades e inteligencia emocional; Comunicación kinésica e inteligencia emocional



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