

## DESARROLLO DE HABILIDADES PERSONALES

Guillermo Ballenato Prieto

### 1. Autoconocimiento .

*“La mayoría de las personas buscan la autoconfianza y el autorespeto en todas partes menos dentro de sí mismos, y por ello fracasan en su búsqueda” Nathaniel Branden*

Debemos posibilitar el autoanálisis, y reflexionar sobre nuestras opiniones y las de personas allegadas acerca de nuestras capacidades. Podemos poner por escrito los puntos fuertes y débiles, apoyarnos especialmente en los primeros y convertir los segundos en oportunidades de mejora. Desarrollar un autoconcepto realista y positivo, permite potenciar la autoeficacia: la creencia en la propia capacidad para desarrollar eficazmente una actividad, y concluirla con éxito.

### 2. Objetivos.

*“Cuando hemos perdido de vista definitivamente nuestro objetivo es cuando redoblamos nuestro esfuerzo” Mark Twain*

Es necesario establecer y clarificar las metas personales, académicas y profesionales. Debemos adquirir el hábito de registrarlas por escrito, procurar que sean realistas pero ambiciosas, y que resulten motivantes. Nuestros objetivos deben ser cuantificables -medibles en cantidad, calidad, coste, plazo- de modo que podamos realizar un seguimiento de los mismos y verificar que se van cumpliendo adecuadamente, o introducir en su caso las acciones correctoras necesarias.

### 3. Aprendizaje .

*“Aprendemos de la experiencia que los hombres no suelen aprender nada de la experiencia” George Bernard Shaw*

El conocimiento es una fuente indiscutible de libertad y de desarrollo personal. La creciente complejidad de actividades y organizaciones hace necesario mantener a punto nuestro método y capacidad para aprender, actualizar conocimientos y desarrollar habilidades. La lectura y las nuevas tecnologías facilitan el acceso a una gran cantidad de información, pero se precisa de un cierto interés y curiosidad previos, jugando un papel activo en el aprendizaje. Se ponen en marcha procesos como comprensión, concentración, investigación, experimentación, análisis, valoración, síntesis, evaluación.

### 4. Persistencia .

*“El arte de vencer se aprende en las derrotas” Simón Bolívar*

La motivación resulta un elemento clave, al igual que la disposición para el trabajo, la constancia y la resistencia a la frustración. Debemos desarrollar nuestra capacidad para aprender de la experiencia y convertir los fracasos en oportunidades de aprendizaje. Podemos afrontar y resolver problemas desarrollando el potencial creativo, abriendo la mente para encontrar perspectivas y soluciones nuevas; arriesgar y romper con la rutina, para innovar y llegar más allá. Será preciso conocer y aplicar técnicas de creatividad, y desplegar un espíritu crítico a la vez que constructivo.

### 5. Inteligencia emocional .

*“La cooperación es la convicción plena de que nadie puede llegar a la meta si no llegan todos” Virginia Burden*

También será preciso desarrollar habilidades sociales y de comunicación: empatía, escucha, flexibilidad, asertividad, habilidad para negociar. Organizar un equipo, coordinarlo y trabajar en grupo permite aprovechar la potenciación y sinergia que éste genera. Habrá que gestionar adecuadamente los conflictos que surjan en el seno del grupo, y aprender a potenciar la cohesión, la cooperación y el apoyo mutuo. Será conveniente también conocer y manejar técnicas de trabajo en grupo, y posibilitar el desarrollo y la participación real de todos y cada uno de los miembros en el equipo.

### 6. Organización :

*“Nunca hay tiempo para hacerlo bien, pero siempre hay tiempo para repetirlo” Laurence J. Peter*

Organizar implica programar, administrar y gestionar de modo eficaz el tiempo. Es necesario hacer un uso adecuado de la agenda, para poder planificar, asignar recursos, distribuir tareas, coordinar, registrar ideas y oportunidades de cara al futuro. Hay que saber discriminar lo importante, y detectar las prioridades y los elementos críticos de cada proceso. Debemos aprender a trabajar con plazos, reducir las interrupciones y eliminar los malversadores o ladrones del tiempo.

### 7. Liderazgo .

*“La manera de atraer y motivar a las personas determina el éxito del líder” Warren Bennis*

Desarrollar habilidades directivas para coordinar equipos requiere entusiasmo y motivación. El líder muestra implicación personal, autonomía, responsabilidad, iniciativa, capacidad de delegación, y miras a la calidad y a la mejora continua. Cualidades como actitud positiva, equilibrio y seguridad en sí mismo, asertividad, decisión y aceptación de retos, son especialmente valoradas en el líder. El liderazgo eficaz será participativo y democrático; precisa del líder atención y confianza en su equipo, para obtener lo mejor de cada uno de sus miembros.