

Inteligencia emocional y su reflejo grafológico

“La aptitud emocional es una meta-habilidad, y determina lo bien que podemos utilizar cualquier otro talento, incluido el intelecto puro”. (Dr. Daniel Goleman)

La inteligencia emocional, concepto tan difícil de definir como de medir, es la competencia laboral que ha experimentado un mayor auge en los últimos tiempos y se ha convertido en una de las cualidades más buscadas a la hora de seleccionar personal o de adecuar candidatos a puestos en la empresa.

A lo largo de los años, psicólogos e investigadores han venido considerando que “emoción” e “inteligencia” eran conceptos contradictorios pero, en los últimos tiempos, en la era de la nueva empresa, donde las habilidades de relación social son el motor hacia el éxito, se ha ido tomando conciencia sobre la importancia de las emociones como un plus añadido al clásico concepto de coeficiente intelectual (CI).

Tener un índice de inteligencia elevado implica la posesión innata de una serie de habilidades lingüísticas, matemáticas, técnicas, que pueden hacer prever que la persona dotada de ellas puede llegar a ser un gran estratega, profesor, científico, porque tiene estas destacadas aptitudes para poder serlo; pero ¿cómo podrá, al margen de sus habilidades técnicas, conducirse esa persona en la vida si no es capaz de controlar sus emociones y sentimientos? De nada sirven las *aptitudes*, si no existe *actitud* emocional orientada hacia ellas.

La inteligencia emocional (IE) es, por tanto, un conjunto de actitudes, aparte de los conocimientos técnicos y aptitudes aprendidas para una determinada orientación laboral, una especie de sexto sentido que hace a la persona más adaptable al medio que le rodea, más capaz de superar las tensiones emocionales, tanto de origen personal como relacional, más apta para afrontar posibles consecuencias de decisiones o actos y más resistente al estrés.

La investigación llevada a cabo por el psicólogo y experto en IE, Daniel Goleman, nos muestra un mapa de competencias emocionales, al cual nosotros vamos a añadir su reflejo grafológico:

Habilidades personales:

- **Conciencia de uno mismo:** Es el conocimiento de las propias emociones y la capacidad para reconocer el sentimiento en el mismo momento en que aparece. Nos habla también de autoconfianza y creencia en la propia valía o, lo que es lo mismo, autovaloración.

Grafológicamente: Escritura de tamaño normal, sencilla, clara y personalizada, que indica transparencia, sinceridad, naturalidad del ser.

- **Autorregulación:** Capacidad para controlar las emociones y los impulsos, autocontrol y facilidad para impulsarse al cambio, para avanzar hacia el futuro sin miedos ni indecisiones. Es la habilidad para batallar contra el estrés, la angustia, las tensiones; para saber controlar los sentimientos y adaptarlos al momento adecuado.

Grafológicamente: Flexibilidad en los renglones, inclinación vertical o ligeramente inclinada a la derecha, puntuación precisa y centrada, ausencia de blancos pronunciados en la página, firma sencilla; son indicativos de autocontrol emocional y autoconfianza.

- **Automotivación:** Creencia en la propia valía y en la posibilidad de su orientación al logro de los objetivos proyectados. Compromiso con la empresa y capacidad de iniciativa e innovación.

Grafológicamente: Escritura personalizada, vibrante y ligeramente inclinada a la derecha y progresiva; margen derecho pequeño y puntuación ligeramente adelantada; trazos originales. Estos rasgos gráficos hablan de una personalidad creativa, orientada a futuro y comprometida con el proyecto de la empresa.

- **Empatía:** Consiste en el reconocimiento de las emociones y sentimientos ajenos, en saber detectar los problemas y las necesidades de los demás y conectar con ellas. Esta capacidad tiene una orientación vocacional y es de gran valía en profesionales de la docencia, asistencia sanitaria y también en lo referente al trato con clientes y dirección de empresas.

Grafológicamente: Escritura clara y simplificada, de tamaño normal y decreciente, de forma curva, ligeramente inclinada a la derecha y extendida.

Habilidades sociales:

Son una serie de comportamientos relacionados con la interrelación de personas, como pueden ser la comunicación, el trabajo en equipo, la capacidad de influir y motivar a los demás, la cooperación y colaboración con el grupo, la creación de vínculos afectivos y profesionales, liderazgo, catalización de los cambios y orientación a objetivos comunes.

Grafológicamente: Escritura progresiva, con forma de guirnalda y con mezcla de curva y ángulo en las formas, vibrante; ligeramente inclinada a la derecha y cohesión ligada o agrupada; margen derecho pequeño o ausente. Estos rasgos indican entrega personal y afectiva, sociabilidad y comunicación, orientación al futuro y a los demás, vocación de comunidad con un objetivo único...

... en definitiva, inteligencia más sensibilidad.

"El ingrediente más importante en la fórmula del éxito es saber cómo entenderse con la gente" (Theodore Roosevelt)

Sandra M^a Cerro