



Familia empresa prest al dago Covid osteko arorako?: erronkak eta konpromisoak

¿Está preparada la empresa familiar para la era post-Covid?: desafíos y compromisos



Liderazgo en la sucesión en tiempos COVID

Marta Zamacona.

Consultora y Experta en desarrollo de competencias intrapersonales y sociales en las organizaciones

24 de marzo de 18.30 a 20.00

Marta Zamacona



Desarrollo del talento emocional en las organizaciones
Coaching e Inteligencia Emocional

*NUEVOS RETOS
NUEVOS DESAFIOS*



*DESAPRENDER
NUEVAS CLAVES
NUEVAS COMPETENCIAS*

1. ¿QUÉ ES EL LIDERAZGO?

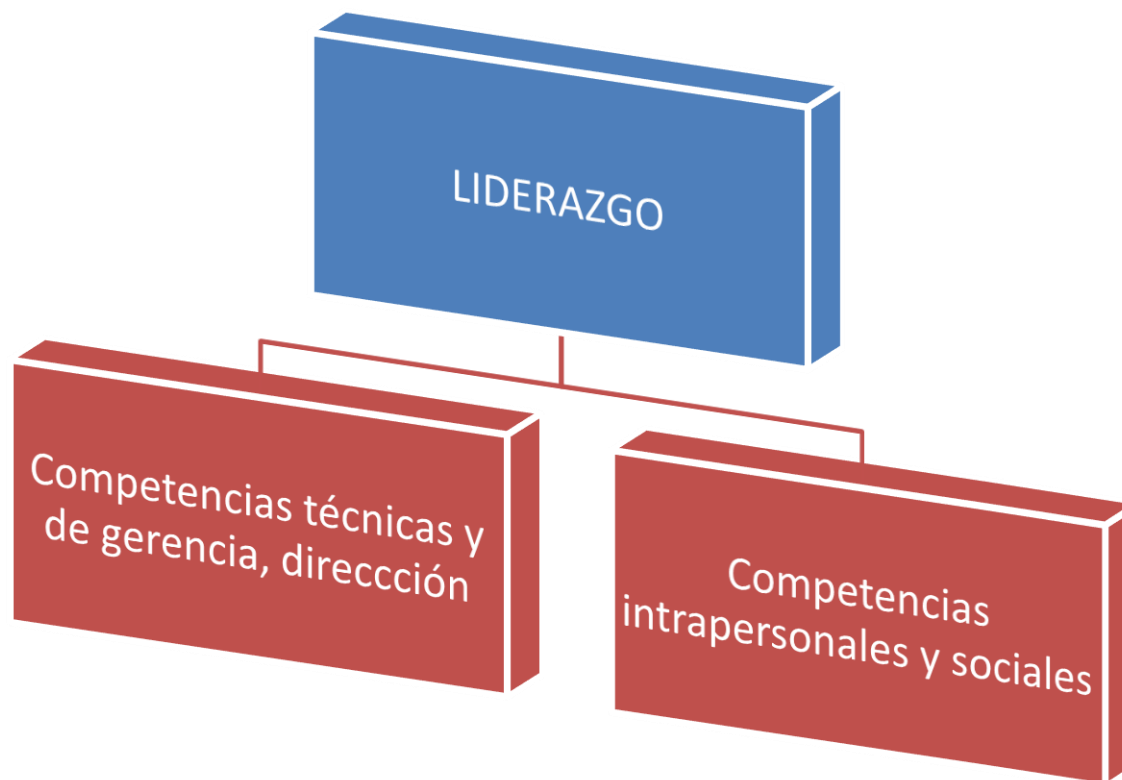
2. QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LAS COMPETENCIAS INTRAPERSONALES Y SOCIALES

3. LIDERAZGO EN ÉPOCAS DE COVID

4. LIDERAZGO Y SUCESIÓN EN EMPRESA FAMILIAR

- Importancia de la inteligencia emocional en el desempeño profesional y en el Liderazgo
- Competencias intrapersonales y sociales asociadas al Liderazgo
- Metodología para desarrollar las competencias intrapersonales y sociales

1. ¿QUÉ ES EL LIDERAZGO?



2. QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LAS COMPETENCIAS INTRAPERSONALES Y SOCIALES

- Importancia de la inteligencia emocional en el desempeño profesional y en el liderazgo
- Competencias intrapersonales y sociales asociadas al liderazgo
- Metodología para desarrollar las competencias relacionadas con el liderazgo



- ¿QUÉ TE GUSTARÍA **MEJORAR** EN TU DÍA A DÍA EN TÍ, EN TU ORGANIZACIÓN, EN TU EQUIPO QUE ES **IMPORTANTE PARA TI**?
- ¿QUÉ TE GUSTARÍA **CAMBIAR** QUE ES **IMPORTANTE PARA TÍ Y NO SABES MUY BIEN CÓMO**?



- **COMUNICARME** mejor en mi entorno laboral o personal, expresar lo que quiero, ser más persuasivo, negociar mejor.
- Recuperar la **MOTIVACIÓN**, el entusiasmo.
- Me siento **QUEMAD@**, **ESTRESAD@**, **BLOQUEAD@** y quiero cambiar esta sensación
- No acabo de lanzarme a tomar esta **DECISIÓN** profesional o personal
- No consigo controlar mis **EMOCIONES** de ira, frustración, insatisfacción Y me está repercutiendo en el trabajo y en lo personal
- Me gustaría **RESOLVER LOS RETOS y LAS DIFICULTADES**, los momentos de crisis con serenidad, manteniendo mi Implicación y desempeño.



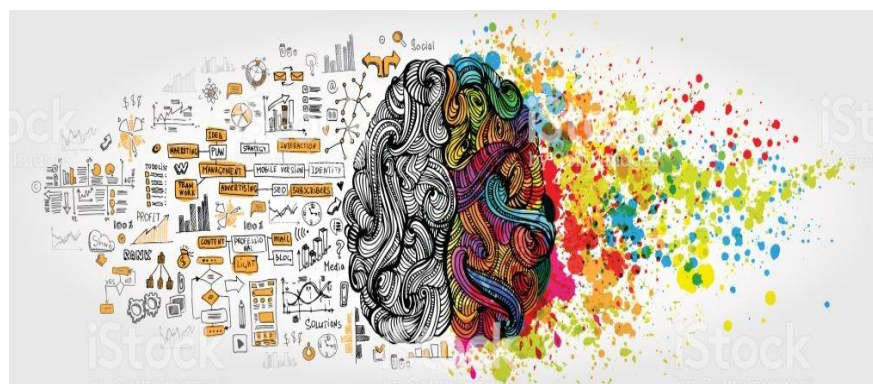
¿Qué es la Inteligencia Emocional y las Competencias intrapersonales y sociales?

Conjunto de HABILIDADES que nos permiten
COMPRENDER nuestras emociones y las de los
demás, EXPRESARLAS Y REGULARLAS para ser más
eficaces, relacionarnos mejor y sentirnos más
satisfech@s

Determinan cómo:

- **Percibimos** la realidad y nos **expresamos**,
- Desarrollamos y mantenemos **relaciones sociales**,
- Afrontamos los **problemas, las decisiones, los cambios**
- Utilizamos **información emocional** de modo eficaz y significativo.

IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL DESEMPEÑO PROFESIONAL





- Foro Económico Mundial (World Economic Fórum)
- La Universidad de Harvard
- LinkedIn
- La Agenda 2030 de desarrollo sostenible
- Numerosos estudios

LAS PRINCIPALES ÁREAS EN EL TRABAJO EN EL DÍA A DÍA:



- Comunicación
- Relaciones interpersonales
- Resolución de problemas y toma de decisiones
- Gestión de situaciones de cambio, imprevistos

Las personas que han desarrollado estas competencias en su ámbito laboral tienden a ser **particularmente hábiles**:

Comunicación	<ul style="list-style-type: none">• La capacidad de comunicarse mejor, hacerse entender a todos los niveles.
Relaciones interpersonales	<ul style="list-style-type: none">• La comprensión y el trato con las personas. Relaciones interpersonales efectivas.
Resolución de problemas y toma de decisiones	<ul style="list-style-type: none">• La efectividad en la toma y ejecución de decisiones• En comprender y solucionar problemas y conflictos interpersonales
Gestión de situaciones de cambio, imprevistos	<ul style="list-style-type: none">• La autogestión emocional y gestión del estrés ante los cambios

¿POR QUÉ?

- Reconoce y comprende el por qué de sus **reacciones** y las ajenas y su impacto en su conducta y la de los demás.
- **Gestiona esas emociones** de manera efectiva (ira, miedo, estrés, frustración, insatisfacción) para solucionar los problemas o tomar las decisiones
- Desarrolla y mantiene **relaciones interpersonales** de confianza y satisfacción mutua expresándose de un modo claro y efectivo, no agresivo.
- **Soluciona problemas o conflictos** personales e interpersonales de manera eficaz sin dañar las relaciones.
- **Utiliza información emocional** de modo eficaz para ser capaz de automotivarse, comprometerse y generar estados de ánimo positivos en él y a su alrededor.

IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL LIDERAZGO

L@s líderes exitos@s tienden a ser particularmente **hábiles**



- Crear mejores **redes personales** estratégicas a su alrededor
 - En la comprensión, el **trato y la comunicación** con las personas,
 - En la **autorregulación** emocional
 - En comprender y solucionar **problemas y conflictos** de forma efectiva sin dañar las relaciones
 - En la toma de **decisiones con eficacia**
 - En hacer frente al **estrés** y la situaciones de **cambio**
- Ser más **influyente, más persuasiv@**, influir más.
 - Tener un equipo más **cohesionado, comprometido, motivado, proactivo**
 - Crear un mejor **clima laboral**



COMPETENCIAS INTRAPERSONALES Y SOCIALES INVOLUCRADAS EN EL LIDERAZGO

AUTOCONCIENCIA
EMOCIONAL

FLEXIBILIDAD

CONTROL DEL
IMPULSO

Regulación de las
emociones y
sentimientos
negativos.
AUTOREGULACIÓN

AUTOMOTIVACIÓN,
perseverancia

Habilidades
sociales: empatía,
relaciones
interpersonales

RESOLUCIÓN DE
PROBLEMAS

DESARROLLAR UNA
ACTITUD POSITIVA

Mantener la
OBJETIVIDAD en la
evaluación de la
realidad

TOLERANCIA AL
ESTRÉS

INDEPENDENCIA

EXPRESIÓN
EMOCIONAL

AUTOCONCEPTO

ASERTIVIDAD

COMPETENCIAS INTRAPERONALES Y SOCIALES ASOCIADAS AL LIDERAZGO



1. AUTENTICIDAD
2. SER COACH
3. VISIÓN
4. INNOVACIÓN

COMPETENCIAS INTRAPERSONALES Y SOCIALES ASOCIADAS A CADA ÁREA DE LIDERAZGO



Coaching

Cuando un líder es un coach eficaz, sus empleados lo ven como un mentor que les ayuda a crecer. Se estimula a los empleados para que alcancen sus máximos niveles de rendimiento.

Autorrealización

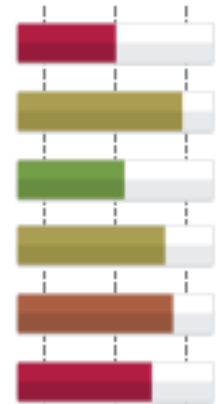
Empatía

Evaluación de la Realidad

Relaciones Interpersonales

Asertividad

Autoconciencia Emocional



Autenticidad

Un auténtico líder es un modelo de conducta ética y justa. Actuar con transparencia genera la confianza y estima de los empleados.



Autorrealización

Evaluación de la Realidad

Autoconcepto

Autoconciencia Emocional

Responsabilidad Social

Independencia



Visión

Un líder transmite a sus colegas una visión decidida y optimista. Alienta y motiva a los empleados a que superen sus objetivos.



Autorrealización

Optimismo

Autoconcepto

Responsabilidad Social

Relaciones Interpersonales

Expresión Emocional



Innovación

Un líder innovador asume riesgos, ya que estimula el ingenio de sus colegas y el pensamiento autónomo. Valora los conocimientos, y considera que las dificultades son una oportunidad de aprender.



Autorrealización

Independencia

Resolución de Problemas

Asertividad

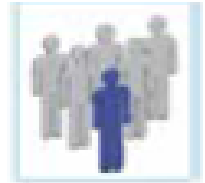
Flexibilidad

Optimismo



Autenticidad

Un auténtico líder es un modelo de conducta ética y justa. Actuar con transparencia genera la confianza y estima de los empleados.



Autoconcepto respetarse a uno mismo, confianza

Autorealización búsqueda de significado; autosuperación

Autoconciencia emocional comprensión de las emociones de uno mismo

Componente de expresión de sí mismo

Expresión emocional expresión constructiva de emociones

Asertividad comunicación de sentimientos, creencias; no ofensiva

Independencia independientes; libre de la dependencia emocional

Componente interpersonal

Relaciones interpersonales construir relaciones de satisfacción mutua

Empatía comprender, apreciar cómo se sienten los demás

Responsabilidad social conciencia social; útil

Componente de toma de decisiones

Resolución de problemas encontrar soluciones en situaciones cuando hay implicadas emociones

Prueba de la realidad objetivo; ver las cosas como realmente son

Control del impulso resistir o retrasar un impulso de actuar

Componente de manejo del estrés

Flexibilidad adaptación de las emociones, pensamientos y comportamientos

Tolerancia al estrés enfrentarse a situaciones de estrés

Optimismo actitud y perspectiva positivas ante la vida

Coaching

Cuando un líder es un coach eficaz, sus empleados lo ven como un mentor que les ayuda a crecer. Se estimula a los empleados para que alcancen sus máximos niveles de rendimiento.



Autoconcepto respetarse a uno mismo, confianza

Autorealización búsqueda de significado; autosuperación

Autoconciencia emocional comprensión de las emociones de uno mismo

Componente de expresión de sí mismo

Expresión emocional expresión constructiva de emociones

Asertividad comunicación de sentimientos, creencias; no ofensiva

Independencia independiente; libre de la dependencia emocional

Componente interpersonal

Relaciones interpersonales construir relaciones de satisfacción mutua

Empatía comprender, apreciar cómo se sienten los demás

Responsabilidad social conciencia social; útil

Componente de toma de decisiones

Resolución de problemas encontrar soluciones en situaciones cuando hay implicadas emociones

Prueba de la realidad objetivo; ver las cosas como realmente son

Control del impulso resistir o retrasar un impulso de actuar

Componente de manejo del estrés

Flexibilidad adaptación de las emociones, pensamientos y comportamientos

Tolerancia al estrés enfrentarse a situaciones de estrés

Optimismo actitud y perspectiva positivas ante la vida

Visión

Un líder transmite a sus colegas una visión decidida y optimista. Alienta y motiva a los empleados a que superen sus objetivos.



Autoconcepto respetarse a uno mismo, confianza

Autorealización búsqueda de significado; autosuperación

Autoconciencia emocional comprensión de las emociones de uno mismo

Componente de expresión de sí mismo

Expresión emocional expresión constructiva de emociones

Asertividad comunicación de sentimientos, creencias; no ofensiva

Independencia independientes; libre de la dependencia emocional

Componente interpersonal

Relaciones interpersonales construir relaciones de satisfacción mutua

Empatía comprender, apreciar cómo se sienten los demás

Responsabilidad social conciencia social; útil

Componente de toma de decisiones

Resolución de problemas encontrar soluciones en situaciones cuando hay implicadas emociones

Prueba de la realidad objetivo; ver las cosas como realmente son

Control del impulso resistir o retrasar un impulso de actuar

Componente de manejo del estrés

Flexibilidad adaptación de las emociones, pensamientos y comportamientos

Tolerancia al estrés enfrentarse a situaciones de estrés

Optimismo actitud y perspectiva positivas ante la vida

Innovación

Un líder innovador asume riesgos, ya que estimula el ingenio de sus colegas y el pensamiento autónomo. Valora los conocimientos, y considera que las dificultades son una oportunidad de aprender.



Autoconcepto respetarse a uno mismo, confianza

Autorealización búsqueda de significado; autosuperación

Autoconciencia emocional comprensión de las emociones de uno mismo

Componente de expresión de sí mismo

Expresión emocional expresión constructiva de emociones

Asertividad comunicación de sentimientos, creencias; no ofensiva

Independencia independiente; libre de la dependencia emocional

Componente interpersonal

Relaciones interpersonales construir relaciones de satisfacción mutua

Empatía comprender, apreciar cómo se sienten los demás

Responsabilidad social conciencia social; útil

Componente de toma de decisiones

Resolución de problemas encontrar soluciones en situaciones cuando hay implicadas emociones

Prueba de la realidad objetivo; ver las cosas como realmente son

Control del impulso resistir o retrasar un impulso de actuar

Componente de manejo del estrés

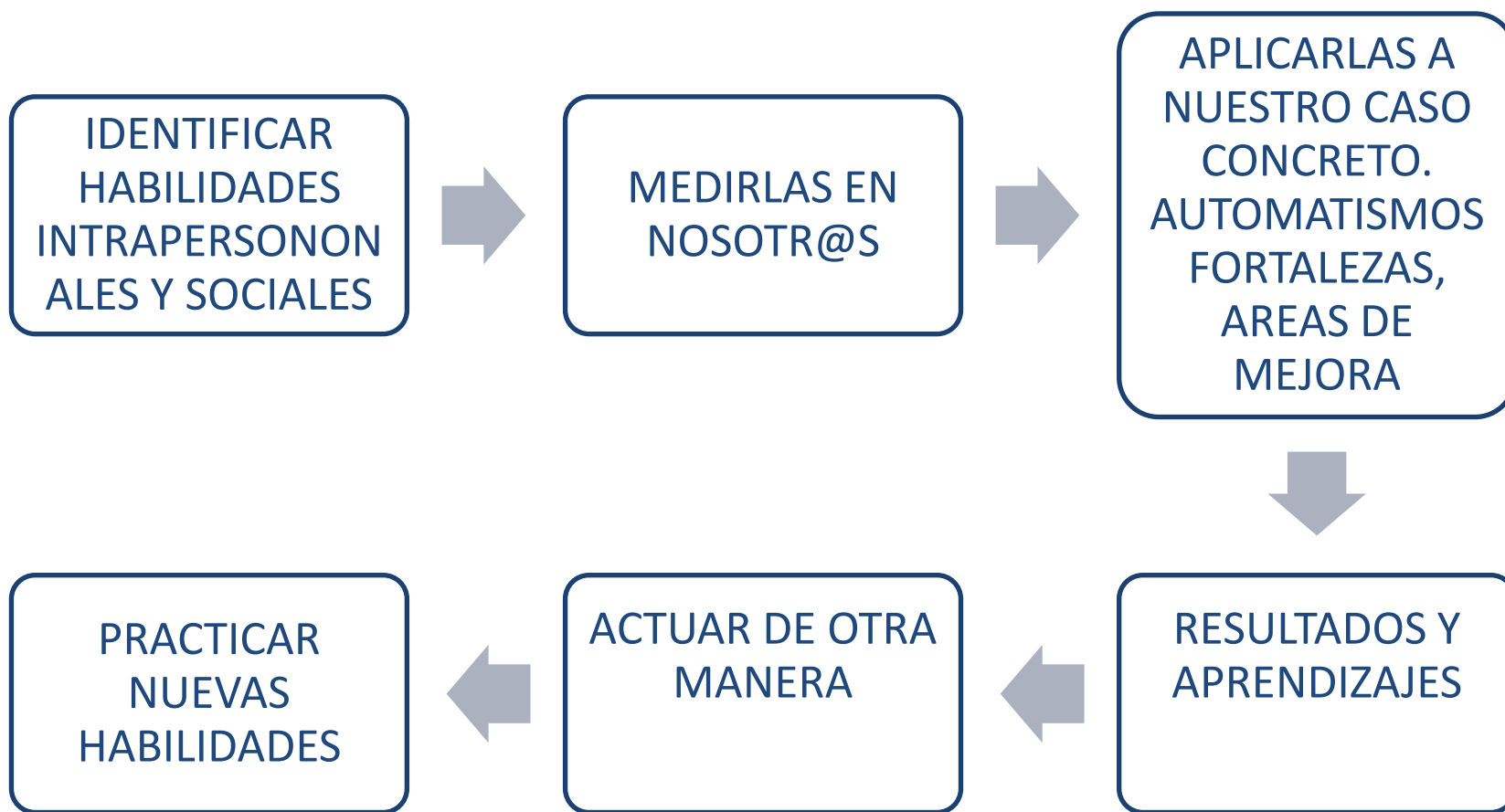
Flexibilidad adaptación de las emociones, pensamientos y comportamientos

Tolerancia al estrés enfrentarse a situaciones de estrés

Optimismo actitud y perspectiva positivas ante la vida

- TÚ, LOS MANDOS DE TU EMPRESA, QUÉ HABILIDADES O COMPETENCIAS TIENES/EN MÁS DESARROLLADAS DE TODAS?
- CUÁLES SON TUS/SUS FUERTES, CUÁLES TUS/SUS ÁREAS DE MEJORA?
- QUÉ ÁREA DE TU TRABAJO O EL DE LOS MANDOS O EQUIPOS SE PODRÍA MEJORAR?

CÓMO DESARROLLAR LAS COMPETENCIAS INTRAPERSONALES Y SOCIALES





METODOLOGÍA PARA DESARROLLAR LAS COMPETENCIAS INTRAPERSONALES Y SOCIALES



PARAR

AUTOOBSERVARSE
AUTOESCUCHARSE
TOMAR CONSCIENCIA DE
COMO TE SIENTES

QUÉ RESULTADOS O
CONSECUENCIAS HA
TENIDO

OBSERVAR CÓMO HAS
ACTUADO, HAS
REACCIONADO

CAMBIAR
AUTOMATISMOS
PRACTICANDO NUEVAS
HABILIDADES

OTROS
RESULTADOS.
APRENDIZAJES



LO QUE NO SOY CONSCIENTE NO PUEDO CAMBIARLO

3. LIDERAZGO EN ÉPOCAS DE COVID

RETOS EN LAS EMPRESAS:

GESTIONAR SITUACIONES LABORALES E INTERPERONALES DIFERENTES CON EFICACIA

- Dificultad de las **nuevas formas de trabajo**
- **Coste emocional** de las nuevas formas de trabajo y la vuelta al puesto de trabajo
- Adaptación y gestión del cambio ante la **complejidad, ambigüedad del mercado (VICA)**
- Estrés añadido de la **pandemia**
- Inseguridad, falta de confianza propia, del futuro y en los dirigentes, motivación.
- Rendimiento y resultados.

➔ **LIDERES adaptados a estos nuevos desafíos organizacionales para PARA SER EFICACES**



NUEVOS RETOS → COMPETENCIAS DE LIDERAZGO ADAPTADAS

- Ser **modelo** de gestión del cambio. **AUTOCONCEPTO. AUTOREGULACION**
- **Visión** clave compartida. “Si tienes la visión, aparece la oportunidad”. **AUTOREALIZACIÓN, EXPRESIÓN EMOCIONAL**
- Para pensar diferente e **innovar**, necesitamos “**Ver**” de manera **diferente y nuevas respuestas**. **RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS, FLEXIBILIDAD, OPTIMISMO, AUTOREALIZACIÓN**
- Gestión de **resistencias** al cambio para **Innovar y adaptarse** ante este escenario. **ASERTIVIDAD. EXPRESION EMOCIONAL. EMPATIA Y ESCUCHA. PRUEBA DE REALIDAD**
- **Prevención y gestión del Estrés** propio y de los miembros del equipo. **AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL, ASERTIVIDAD, EMPATIA, RESOLUCION DE PROBLEMAS, FELIXIBILIDAD, TOLERANCIA AL ESTRÉS, OPTIMISMO**

NUEVOS RETOS → COMPETENCIAS DE LIDERAZGO ADAPTADAS

- Automotivación y **motivación** extra del equipo. **AUTOREALIZACION, EMPATIA, RELACIONES INTERPERSONALES.**
- Creación **de relaciones interpersonales y redes de apoyo** fuertes. **RELACIONES INTERPERSONALES**
- **Autorregulación** emocional: ira, frustración, inseguridad, desconcierto, miedo al riesgo. **AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL, RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS, PRUEBA DE REALIDAD, CONTROL DEL IMPULSO**
- Nuevos desafíos de **comunicación** con mayor empatía y escucha con el equipo, con uno mismo: **EMPATIA, EXPRESION EMOCIONAL, ASERTIVIDAD**



**AUTOOBSERVACIÓN CONTINUA, EVALUACIÓN RESULTADOS.
CAMBIO Y EVOLUCIÓN CONTINUOS**

CUÁLES SON LOS RETOS DEL LIDERAZGO EN ESTE CONTEXTO



4. LIDERAZGO Y SUCESIÓN EN EMPRESA FAMILIAR



En los procesos de sucesión organizacional el desarrollo de las competencias intrapersonales y sociales cubre una doble función:

- **Desarrollar las habilidades de LIDERAZGO** de equipos: como parte del Plan de carrera profesional del sucesor y más en este contexto de crisis sanitaria.
- Desarrollar las habilidades necesarias ante los **retos específicos de una empresa familiar.**



RETOS EN LAS EMPRESAS FAMILIARES

- **Intergeneracionalidad** con sus diferencias de enfoque, valores
- **Gestión emocional** de afectos y vínculos familiares que afectan al desempeño, autoconfianza, toma de decisiones y resolución de conflictos
- **Visión integradora:** para coordinar el mundo empresarial y familiar, integrando expectativas e intereses diversos
- **Prepararse para entornos complejos,** cambiantes, ante resistencias o estructuras heredadas mas obsoletas que hay que modernizar

➔ **LIDERES adaptados a estos desafíos organizacionales para
PARA SER EFICACES**

RETOS → COMPETENCIAS DE LIDERAZGO ADAPTADAS

- Flexibilidad, empatía, escucha, comunicación eficaz, control del impulso, autoconciencia emocional, para llegar a consensos y gestionar la diversidad en la toma de decisiones y resolución de problemas.
- Persistencia, entusiasmo, motivación, visión, optimismo para mantener la unión y afrontar los retos.
- Ante cambios necesarios de estructuras heredadas: Resistencias al cambio: **Asertividad. Expresión emocional. Empatía y escucha. Prueba de realidad.**

➔ Mantener una **ARMONIA**, la **SUPERVIVENCIA** y el **RECORRIDO**
de la empresa



- *Tiempos de **INCERTIDUMBRE** y cambio como éstos precisan desarrollar **competencias adaptadas** a estos nuevos retos para ser eficaces. Desaprender y aprender de nuevo.*
- ***LA EMPRESA FAMILIAR** con sus peculiaridades y el proceso de **sucesión organizacional** supone unos **retos específicos** para los que hay que desarrollar **competencias adaptadas** a los mismos para conseguir una **armonía, la supervivencia y un recorrido** a la empresa familiar.*
- ***Importancia de las competencias intrapersonales y sociales** en el desempeño profesional, el liderazgo, en la empresa familiar, tiempos de incertidumbre **como nuevas respuestas para esa adaptación.***
- *Estas competencias **se pueden desarrollar** para ser mas efectiv@.*



Los analfabetos del siglo XXI no serán aquellos que no sepan leer y escribir, sino aquellos que no sepan aprender, desaprender y reaprender.

(Alvin Toffler)

Marta Zamacona

Desarrollo de competencias intrapersonales y sociales en las organizaciones



Inteligencia Emocional y Coaching

martazamaconacoach@iemocional.es

www.coachinginteligenciaemocional.com

www.linkedin.com/in/MartaZamacona

Tel. 679261721