



Habilidades blandas: ¿Dónde comienzan?

Desarrollar habilidades blandas requiere cualidades de inteligencia emocional, como el liderazgo, la empatía y capacidad de escucha, que empiezan con el auto descubrimiento y prácticas como la meditación.

Escrita por Vilmar Braga

En los últimos años las llamadas habilidades blandas han ganado relevancia en el entorno empresarial/ejecutivo.

Para el personal de selección, sin embargo, el primer filtro continúa siendo, en la mayoría de los casos, el currículum del candidato en el cual se observan habilidades duras como son: formación, estudios, experiencia, posiciones ocupadas, entre otros, habilidades que están relacionadas con la teoría y el conocimiento técnico. Si bien, este es el inicio de un nuevo comienzo laboral, lo que va a llevar a que un candidato gane un proceso y sea contratado son sus habilidades blandas.

Un vistazo a lo que son las habilidades blandas

También conocidas como habilidades interpersonales, éstas están directamente relacionadas a la inteligencia emocional. Incluye todas aquellas formas de conducta que llevan a una persona a relacionarse mejor con su entorno y hacerlo más llevadero y enriquecedor, entre ellas están: la autonomía, el liderazgo, la coherencia, integridad, capacidad de



escucha, interiorización, pasión, proactividad, humildad, empatía, entre otras.

Al consultar a Mónica García de [Transearch International](#) sobre cuáles son las competencias frecuentemente requeridas por las empresas que desean

contratar un gerente, lo listan de la siguiente manera: trabajo en equipo, comunicación efectiva, toma de decisiones, proactividad y muchas otras que siempre estarán relacionadas a la coyuntura por la que atraviese la empresa y a la posición.

Dilema

Sabemos que la educación está enfocada en la formación técnica y académica, pocas veces contempla en su malla curricular el desarrollo de habilidades blandas. Nos preguntamos entonces: ¿en qué momento el individuo las desarrolla?

Por un lado, están las empresas que mueven gran cantidad de recursos para apoyar a sus colaboradores en el desarrollo de estas habilidades y por otro, están las empresas que esperan que sus ingresantes sean personas poseedoras de aquellas habilidades que la empresa requiere. Es aquí donde el individuo proactivo y responsable se hace cargo y tiene una gran oportunidad a desarrollar.



Conocerse a sí mismo

Las habilidades duras se relacionan con los procesos y resultados, mientras que las blandas están enfocadas en nuestros vínculos intra e interpersonal. Eso significa que toma en cuenta a las demás personas en determinados contextos. Es ahí donde se encuentra la clave del desarrollo de las mismas - ser consciente de uno mismo y de la capacidad que tiene para ver a lo demás.

Ahora, si uno no logra mirarse a sí mismo, ¿cómo puede ver a los demás? *“Luz afuera, oscuridad adentro”*. *“Es más fácil ver la paja en ojo ajeno”*. Estos refranes y dichos populares ilustran el hecho de que por lo general nuestro enfoque está afuera.

Ventajas sobre conocernos

El conocerse es el primer peldaño del cambio; si alguien no es consciente de que existe un aspecto disfuncional en su conducta será imposible proponer una mejora.

Si bien existen verdades incómodas, lo verdaderamente incómodo es morir en la ignorancia.



Aquí una vez más se observa cómo impera la dimensión tangible sobre lo intangible. Si notamos una mancha en la piel...el incómodo crecimiento del abdomen, etc...automáticamente buscamos a un profesional especialista en el caso. En cambio, los aspectos intangibles del ser humano, en pocos casos reciben atención y tratamiento adecuado. En realidad ambas dimensiones son importantes y si no somos conscientes de nuestra rudeza, agresividad o arrogancia no podremos hacer nada al respecto.

Acercarse a uno mismo

Siempre estarán los clásicos análisis FODA para conocer nuestras fortalezas y áreas de mejora, sin embargo, conocernos de una manera más amplia y profunda supone ir hacia dentro. La introspección es una herramienta tan efectiva y a su vez poco atractiva para la gran mayoría que elige vivir en la superficie.

Muchas universidades en Estados Unidos la validan, entre ellas la [Universidad de California en Berkeley](#), la [Universidad de San Diego](#) y la [Universidad de Loyola en Maryland](#), todas promotoras de temas relacionado al auto descubrimiento, [meditación](#) y *mindfulness*, o mantener conciencia del momento a momento de nuestros pensamientos, sentimientos, sensaciones corporales y entorno. La revista *Wired* describe como Silicon Valley, por ejemplo, utiliza este slogan: [IN SILICON VALLEY, MEDITATION IS NO FAD. IT COULD MAKE YOUR CAREER](#) (En Silicon Valley, la meditación no es una moda, eso podría hacer tu carrera).



Mayor conciencia de uno mismo

¿Acaso no estamos conscientes todo el tiempo? La pregunta parecería obvia, sin embargo, existen muchos aspectos que ocupan las primeras planas de nuestra conciencia y nos distraen de esa mirada interior que requerimos para crecer. Vivimos atentos a problemas de todo tipo, preocupados de las deudas, de los pendientes, de nuestros temores, etc. Es por ello que debemos destinar momentos especiales para la auto-observación y por ende nuestro crecimiento como seres humanos.

Finalizando

Sea una iniciativa personal para acercarse a un mayor conocimiento de sí mismo o un fomentar el auto descubrimiento en el entorno laboral, ambos representan el principio del cambio y la adquisición de habilidades blandas.

Hay distintas maneras de introducir actividades de este corte en nuestra rutina diaria o en la dimensión laboral. Algunas personas inician su día con meditación; algunos equipos de trabajo utilizan lo que se llama jornada de coherencia, espacios donde cada miembro de equipo comenta cómo se percibe y también recibe retroalimentación de los demás.

No podemos cambiar el comienzo, pero si nos transformamos ¡podemos cambiar la ruta hacia el futuro!



¡Que tengas felices descubrimientos!

Vilmar Braga es coach, expositor en temas de liderazgo y profesor de Postgrado UPC.

Fuente adicional de consulta:

<http://www.bkwsu.com>