



## La resonancia emocional

**Consol Iranzo,**  
socia directora de Karisma

Según nos manifiestan los más prestigiosos economistas, políticos, empresarios y expertos en los más diversos campos, nos encontramos inmersos en una situación económica difícil y muy complicada. Algunos advierten de que es la peor crisis que se recuerda y que estamos sumidos en una profunda depresión como jamás antes se había experimentado.

Los que, como yo, somos mucho menos expertos y en cierto modo –si se me permite la expresión– más terrenales también estamos viviendo, bien sea en nosotros mismos o en las personas que se encuentran en nuestro entorno, situaciones críticas, difíciles y en algunos casos dramáticas, no voy a negarlo.

Pero mi pregunta es: desde nuestra humilde posición ¿podemos hacer algo? ¿O únicamente podemos dejarnos arrastrar por ese estado de preocupación y pesimismo que todos los días, bien sea a través de los diversos medios de comunicación (prensa, televisión, radio) o bien incluso en las conversaciones que mantenemos con las personas con las que interactuamos, se ha convertido en el tema central y recurrente? Preguntas habituales del tipo “¿Cómo estás?”, ahora se han transformado en “¿A ti ¿cómo te está afectando la crisis?”. Ello evidencia que estamos preocupados por nosotros y también por los que están a nuestro alrededor, lo cual es totalmente comprensible. Ante la pregunta que formulaba sobre si nosotros podemos hacer algo o no, la verdad, tengo que confesar que no tengo una respuesta. Por tanto, me gustaría que este pequeño artículo sirviera como punto de reflexión al respecto.

Es cierto que, ante ciertos contextos dominados e incluso me atrevería a decir que provocados por otros, que están fuera de nuestro alcance y que no está dentro de nuestras posibilidades el poder interferir para provocar cambios, poner nuestra energía probablemente no sería lo más recomendable, sensato ni tampoco eficaz. Pero, a mi entender, hay ciertos aspectos en los que probablemente sí podríamos intervenir y que quizás podrían contribuir a tener otra perspectiva de la situación actual, que podemos aceptar como real para la mayoría de los observadores. Y, aun sabiendo y teniendo presente que cada uno tiene su propia realidad y, en función de cómo la interpreta, actúa en consecuencia ¿qué podríamos hacer?

¿Adónde pretendo llegar? Pues a varios puntos. El primero es que el pesimismo, al igual que el optimismo, se contagia. Es decir que, si yo estoy viviendo una situación complicada y mi interpretación de la misma es muy negativa (no digo que no me preocupe o que la viva de forma idealista, sino que mis sentimientos y lo que transmito es que la situación es horrible, que no soy capaz de enfrentarla, que no hay salida o cosas por el estilo) lo más segu-

ro es que mi comportamiento y mis actuaciones vayan acordes a esa interpretación. Es más, contaminaré a las personas de mi entorno de tal manera que ellas también percibirán la situación como yo misma se la estoy transmitiendo, resonarán emocionalmente conmigo y, aunque quizás ellas todavía no estén pasando por una situación similar, su percepción, bien sea por prudencia o por miedo, probablemente influirá directamente en sus pensamientos y en sus actuaciones, siendo a la vez portadores de ese mismo estado anímico hacia otros.

Sin embargo, si ante la misma situación (que además probablemente yo no puedo cambiar) en lugar de entrar en un estado emocional de resignación soy capaz de aceptarla como algo que me está sucediendo y mi enfoque es positivo y pongo esfuerzo y voluntad en tratar de observarla desde otra perspectiva más optimista, posiblemente esta forma de enfocar la situación me dará fuerzas para salir adelante.

Así, sintiendo y diciéndome a mí misma que seguro que podré enfrentar y resolver la situación; que puede ser la oportunidad de mi vida para enfocar los temas de forma distinta; que si me quedo sin trabajo igual es una liberación que me va a permitir

**Si soy capaz de enfocar de forma realista esta situación ¿cómo este comportamiento puede influir en los demás?**

enfrentar mis miedos y buscar otra ocupación –aunque no sea fácil–, que incluso puedo hacer un cambio de orientación profesional y ver qué otras funciones o qué otro ámbito puedo descubrir y con ello demostrarme a mí misma que soy capaz de salir adelante y además puedo vivir todo ello como una nueva oportunidad y un aprendizaje, lograré contagiar mi ilusión y mi percepción positiva a los que están a mi alrededor. Y esto, sin duda, va a ser de ayuda no sólo para mí sino para todas las personas de mi entorno.

Ya sé que muchas de las personas que estén leyendo estas líneas pensarán que estoy fuera de la realidad, o que tengo la vida resuelta, o que soy una ilusa. Pero, nada de ello es así. Simplemente, lo que pretendo transmitir es una gota de optimismo. Sí; es verdad que hay una situación difícil, y a mí me está afectando también. No es la primera crisis ni, seguro, va a ser la última. Sin embargo, preguntas que puedo formularme a mí misma como ¿qué nuevas oportunidades me está brindado esta situación? ¿Qué puedo hacer diferente? ¿Qué me atreveré a emprender o a hacer? ¿Cuántas nuevas capacidades y habilidades puedo descubrir en mí? ¿Qué aprenderé? ¿Qué fortalezas seré capaz de demostrarme? pueden ayudarme a orientar mis acciones hacia la búsqueda de soluciones.

Hay una más, y creo que importante: si soy capaz de enfocar de forma realista, pero optimista, esta situación ¿cómo este comportamiento puede hacer que resuene en los demás y de esta forma contribuir de alguna manera a que ellos también enfrenten la situación de una forma diferente y esto les pueda proporcionar una vida distinta y, por qué no, más satisfactoria que la que actualmente tienen?

Por último, probablemente también puede ayudarnos a todos a realizar una valoración distinta de todas aquellas cosas que considerábamos importantes y básicas, lo que en definitiva puede favorecer el que podamos ser capaces de descubrir nuevos valores, así como aprender a apreciar y agradecer todas las experiencias que la vida nos ofrece, puesto que todas ellas son regalos que nos ayudan a crecer y a enriquecernos personalmente.

## Nombramientos

**Grupo Avanzo** ha nombrado nuevo director general a **Guillermo Gredilla**. Es ingeniero informático por la Universidad de Deusto y perito oficial del Colegio de Ingenieros Informáticos de Euskadi. Se incorporó a Avanzo hace cuatro años responsabilizándose de la apertura de la delegación de Bilbao e inició su andadura en la empresa como director de la Zona Norte pasando posteriormente a ocupar los cargos de director Comercial y de Operaciones.



Por otro lado, el grupo ha nombrado a **Ciro Pérez** como nuevo responsable de I+D+i. Licenciado en Gestión Comercial y Marketing por ESIC es un gran conocedor del sector de las TI avalado por más de 12 años de experiencia en departamentos técnicos.



**Gregorio Panadero** es el nuevo director de Comunicación e Imagen de **BBVA**. Asumirá las funciones actuales del área: Comunicación Corporativa Externa e Interna, Comunicación Institucional, Publicidad Corporativa, Identidad e Imagen, y Responsabilidad y Reputación Corporativas. Además, formará parte del Comité de Dirección de BBVA. Desde 2006, Panadero ocupaba el cargo de director de Comunicación y Responsabilidad Corporativa del Grupo Ferrovial. Es licenciado en Periodismo, diplomado en Ciencias Políticas y MBA. También ha cursado el programa de Directivos en INSEAD. Además, Panadero lleva varios años involucrado en el mundo académico.



**Cristina Sanz Mendiola** sustituye a Javier Macián, que se ha jubilado, como directora de Personas y Organización de **Repsol**. Mendiola se incorporó a Repsol en 1994 como directora de Medio Ambiente, cargo al que sumó posteriormente las responsabilidades de Seguridad y Calidad. En mayo de 2007 fue nombrada directora general de Medios, área de la que era directora corporativa desde 2005.



**Rubén Martínez Nieto** es el nuevo director de Recursos Humanos de **Caixanova**. Es licenciado en Ciencias Económicas y Empresariales y cuenta con un máster Executive MBA por la escuela de negocios Caixanova; posee además formación de postgrado en Recursos Humanos por el IESE. Martínez comenzó su carrera profesional en 1997 en Caixanova, donde ha ocupado distintos cargos de responsabilidad en el área de Desarrollo y Formación de RRHH.

