

Algunos Comportamientos de la Sociedad Mexicana. 2ª. Parte.

¿le gustaría saber cuáles son los comportamientos mas representativos en los hombres y mujeres mexicanas...

Los beneficios de utilizar un estilo autoritario, como es el que se muestra en los resultados que se arrojan y que comentábamos el mes pasado, es que ayudan a poner límites de manera efectiva y de entrar en acción de manera rápida y decidida, dos comportamientos fundamentales para alcanzar logros y metas de manera personal.

Sin embargo, si existe una baja empatía y un bajo control de los impulsos negativos, como es el enojo y el estrés, podemos repercutir en los demás de manera dañina, ya que no se tiene conciencia de los demás, no se toma en cuenta lo que están sintiendo y pensando los otros, siendo mas fácil la justificación de que estamos alcanzando nuestras propias metas.

Y esto es, con lo que nos hemos encontrado en ésta muestra de comportamientos evaluados. Resulta que las competencias que tienen una nivel de efectividad mas baja es precisamente: la empatía, la responsabilidad social, el manejo del estrés y el manejo de los impulsos conflictivos y que contamos con un alto nivel de efectividad en: la asertividad, la independencia y la orientación a los resultados.

Un ejemplo puede ser, si ha observado a una persona *asertiva* (que tiene gran capacidad de expresar lo que siente y piensa de una manera clara y directa), se ha puesto a diferenciar que emociones (sentimientos y pensamientos) expresa, si son agradables como el optimismo y la alegría, o que le generan confianza o le dan ideas creativas para resolver alguna situación de manera satisfactoria, o generan esperanza en los demás.

Que tremenda diferencia existe, con los *asertivos* que no manejan bien el enojo y el estrés (emociones desagradables), resulta que sus expresiones emocionales son acerca de los problemas, están en la crítica, las fallas, son hirientes, o son generadores de altos niveles de estrés por la visión tan exigente de las cosas. Una cosa es ser asertivo, pero otra, es con que química emocional lo hacemos.

Lo mismo se puede observar con una persona pragmática, que tiene alta capacidad para lograr resultados y alcanzar sus metas, si lo hace sin empatía y responsabilidad social, pasará arriba de los demás para conseguirlo, y ni se dará cuenta que estará dañando a otros, justificará que lo importante es lograr las metas y acabar con la competencia.

En cambio, las personas con una visión mas humanista, tomarán en cuenta los intereses y necesidades de los demás para alcanzar sus metas, sabrán hacerlo en equipo y podrán colaborar con mayor facilidad en cualquier actividad que se les encomiende.

Para vivir esto de manera propia y sencilla, te invito a observar tu día normal de actividades, y que te hagas las siguientes preguntas:

1. ¿Qué tanto tiempo del día me encuentro acelerado, estresado y fatigado?
2. ¿Cuántas veces en el día me sentí enojado, molesto o hasta colérico?
3. ¿Lo que estoy haciendo que repercusión y beneficio social auténtico tiene?
4. ¿Cuándo alguien se acerca a comentarme de algún problema, me fijo en el problema o en lo que la persona está sintiendo?

Continúa en el siguiente mes...