



## VIRGINIA

### Un líder sabe cómo contagiar exitosamente a su equipo

Giacomo Rizzolatti y las neuronas espejo

#### JUAN JOSÉ ÁLVAREZ VICENTE

Miembro de la Sección de Psicología del Trabajo y las Organizaciones del COPM.

Psicólogo Coach

Director de WeLearnCoaching

jjalvarez@welearncoaching.com

**V**irginia ha dejado la empresa en la que ha trabajado 7 años para desarrollarse profesionalmente y adquirir un puesto de mayor responsabilidad. Hace un mes que está ejerciendo como Directora de Marketing en una multinacional donde cuenta con un equipo de 8 personas. El anterior director fue despedido por los malos resultados y el malestar del equipo. El clima que se respira es negativo, desmotivador y de incertidumbre.

Virginia empieza su proceso de coaching porque su empresa desea facilitarle su adaptación al nuevo puesto. En la primera sesión Virginia identificó su objetivo: desarrollar sus habilidades de liderazgo para influir positivamente en los miembros de su equipo y gestionar el talento.

Iniciamos la segunda sesión.

**Coach:** Buenos tardes Virginia, ¿cuál es el tema que quieres abordar?

**V:** Me gustaría ver con más claridad cómo ser una buena líder.

**C:** ¿Qué significa para ti ser una buena líder?

**V:** Influir positivamente en mi equipo para poder motivarlos y sacar lo mejor de ellos.

**C:** ¿Qué estás haciendo para conseguirlo?

**V:** Prácticamente nada por falta de tiempo. Además, a día de hoy, tengo la sensación de que mi equipo me influye de manera negativa. Durante mis primeras cuatro semanas, el clima ha sido muy negativo. Entre ellos hablan muy poco y parecen estresados. Cuando me ofrecieron el puesto estaba muy entusiasmada pero poco a poco se fue diluyendo mi motivación. No me gustaría fracasar.

Cuando la escucho, vienen a mi pensamiento las neuronas espejo de Giacomo Rizzolatti (1996). Según este autor, las neuronas espejo son las encargadas de imitar la función de las neuronas de otra persona. La persona que esta "imitando" a la otra puede sentir una emoción como propia.

En el caso de Virginia, su anterior jefe no gestionaba muy bien las emociones, estaba siempre estresado, no miraba a las personas a los ojos, no se preocupaba por las necesidades de su

equipo, no sonreía ni saludaba... Esta situación propiciaba que se reflejaran las mismas actitudes de todo el equipo por "contagio" o "imitación". Sin embargo, actualmente es el equipo el que ha influido en la actitud de ella.

Seguimos...

**C:** Virginia, te invito a que cierres los ojos para que te visualices gestionando a tu equipo de manera exitosa, influyendo positivamente en ellos (se realiza una relajación antes de guiar la visualización).

El hecho de visualizarlo, pensarlo y hacer un recorrido mental activa las mismas neuronas que se activan cuando se realiza dicha acción. Nos ayuda a trabajar conceptos como la empatía, la congruencia en la comunicación, nos relaciona con nuestra dimensión social, nos acerca a los fenómenos de comunicación no verbal. Nos facilita aprender observando al otro. Acaba aportándole soporte en las técnicas para el trabajo en equipo.

**C:** ¿Cómo te has visto?

**V:** Poco a poco he conseguido verme actuando con ellos de manera muy fluida. Yo transmitía seguridad, confianza, cercanía, escucha, compañerismo, compromiso y responsabilidad. Lo sorprendente es que mi equipo reflejaba los mismos valores que yo.

**C:** ¿Y eso tiene algún significado para ti?

**V:** Sí, creo que primero tengo que trabajar yo estos valores antes de pedir un cambio en mi equipo, ¿no?

Virginia desea ser modelada por su equipo al tratar de expresar actitudes positivas, creando nuevos estilos de conducta y una cultura empática y de compromiso para el trabajo en equipo.

Al cabo de dos meses... "Estoy muy contenta. Por primera vez tengo la sensación de que mi equipo y yo estamos en el mismo barco. Se respira en el ambiente confianza, compromiso, respeto y mucha comunicación entre todos nosotros". ]

#### BIBLIOGRAFÍA

Rizzolatti, G. (2006). Las neuronas espejo: los mecanismos de la empatía emocional. Editorial Paidós Ibérica.