

PRÓLOGO

Durante las muchísimas entrevistas que he mantenido a lo largo de mi vida profesional con presidentes, directivos, mandos, técnicos, administrativos, etc., he empatizado con sus alegrías y tristezas, éxitos y fracasos, risas y llantos, ansiedades y bienestar, celos y confianzas, miedos y amarguras, etc.

Además, he podido observar que, cuando se ofrece atención a esos profesionales, se apaga el teléfono y se suspende el cómputo del tiempo, la capacidad humana de reflexión se empareja con la vivencia de la emoción y, de la introspección, surgen descubrimientos altamente fértiles. Yo mismo he experimentado en mí estas emociones y sentimientos con motivo de mis avatares profesionales cuando he encontrado acogida y serenidad a pesar de la vertiginosa vida en la que estamos.

Sería intelectualmente injusto decir que, hasta Goleman o Damasio, el estudio sobre el ser humano se focalizaba en el pensamiento racional menospreciando las emociones; a pesar de que aún hoy, nuestro DRAE define "humano" como "Dicho de un ser: Que tiene naturaleza de hombre (|| ser racional)". Sin embargo, ya desde los filósofos clásicos (aristotélicos y tomistas), racionalistas cartesianos, teóricos cognitivistas, teorías fenomenológicas y escuelas psicológicas del s. XX (psicoanálisis, conductismo y humanistas), precedidas por W. James, se tuvieron muy presentes las facultades sensibles, cogitativas, racionales y valorativas de la realidad de los humanos.

No es este, sin embargo, el lugar ni el momento, ni siquiera soy yo el adecuado, para una disertación académica. Sin perjuicio de ello, sí lo es para preguntarnos si hay algún comportamiento humano en el que esté ausente la emoción. Es imposible responder afirmativamente a esta pregunta, salvo alexitimia o psicopatía diagnosticadas. Se puede decir, como un axioma y sin riesgo de error, que las emociones siempre están presentes en nuestras conductas. Y este es un asunto del que se ocupa la Psicología. Más aún, siendo como somos, seres sociales que concurrimos en organizaciones, este es un asunto, el de las emociones, nuclear.

Sí es, en cambio, lugar y momento para hacerse eco de la opinión general y la necesidad de que nuestras organizaciones sean más humanas. Desde hace mucho tiempo, expertos de liderazgo y 'management' abogan y predicán para que la persona sea el centro de atención en las empresas y organizaciones. Permítaseme decir que, solo si todas las personas (accionistas, directivos, técnicos, plantilla en general, proveedores, clientes y resto del entorno social) logran satisfacer las expectativas que tienen, dicho de otra manera, la ilusión que les lleva a pertenecer a una organización, esta servirá para su adaptación y bienestar. El Colegio Oficial de la Psicología de Madrid (COPM) tiene un lema que dice "Trabajamos junto a nuestras colegiadas y colegiados para mejorar la calidad de los servicios psicológicos y el bienestar de la ciudadanía".

Guiados por ese mantra, en el año 2014, el equipo directivo de la Sección de Psicología del Trabajo, las Organizaciones y Recursos Humanos (PTORH) propuso (y fue aprobado) a la Junta de Gobierno del COPM la creación del **Premio a Proyectos Emocionalmente Responsables en Organizaciones de la Comunidad de Madrid**, que reconociera y "premiara a los proyectos que impactan en el desarrollo emocional de las personas en las organizaciones y que facilitan su eficacia y bienestar".

En las bases de los premios se lee:

Se entiende por bienestar la sensación subjetiva de sentirse capaz de hacer frente a las situaciones con las que la persona se encuentra en su día a día y, como consecuencia de ello, encontrarse bien. Implica también la consciencia de cómo se siente ante las situaciones, las posibilidades de expresar ese sentir y la autogestión de sus emociones y sentimientos para resolver eficazmente las situaciones y lograr los resultados deseados.

El entorno profesional es, sin duda, un espacio privilegiado para el desarrollo de las personas, no solo por el tiempo que le dedican, sino por los retos a los que se enfrentan en su trabajo diario. Son muy importantes las implicaciones en la calidad de los servicios y el alcance de sus resultados que el grado de bienestar conlleva.

Los psicólogos conocen, y está demostrado por las investigaciones realizadas, que las actividades que fomentan la consciencia y gestión de las emociones, sentimientos y estados de ánimo llevan a que la persona se sienta más capaz, eficiente y mejor, con implicaciones en su compromiso y proactividad con el trabajo, en la capacidad de gestión de problemas,

creatividad, afrontamiento de la adversidad, mantenimiento de relaciones fluidas y gratificantes y en su rendimiento.

Dado que el desarrollo emocional es un proceso en permanente evolución a lo largo de la vida y que es precisamente ante los retos del trabajo donde se hacen más evidentes sus implicaciones, resulta un área de oportunidad de progreso de las empresas e instituciones de cara a mejorar sus resultados.

Estos premios tienen como objetivos:

- Fomentar la importancia de la consciencia y gestión de las emociones, sentimientos y estados de ánimo en el trabajo en las organizaciones y destacar la importancia de los psicólogos en dichos proyectos.
- Analizar las implicaciones que el desarrollo emocional tiene para las organizaciones, tales como mejora de la eficiencia, las relaciones y el bienestar.
- Valorar las iniciativas que las organizaciones están realizando en este sentido.

Durante las seis convocatorias realizadas, se ha contado con una metodología de evaluación objetiva de los proyectos presentados en la que se ha exigido la respuesta a un cuestionario estructurado en seis criterios de evaluación y veintinueve preguntas. Las entidades concursantes fueron sometidas a las correspondientes auditorías para verificación de las autoevaluaciones realizadas. La metodología y las evaluaciones han sido realizadas por un equipo dirigido por D. Víctor M. Pérez Velasco (Colegiado M-00982).

El jurado habitual está siendo compuesto por representantes de entidades como ARHOE (Comisión Nacional para la Racionalización de Horarios), AEDIPE CENTRO (Asociación Centro de Dirección de Recursos Humanos), IRSST (Instituto Regional de Seguridad y Salud Trabajo) y GREF (Grupo de Responsables de Formación de Entidades Financieras), así como por la Vocal del COPM, Dña. Isabel Aranda García, y yo mismo.

El presente libro recoge algunos de los proyectos premiados. Es un motivo de orgullo escribir estas líneas como presentación de este esfuerzo editorial.

Luis Picazo Martínez
Vocal de la Junta de Gobierno del
Colegio Oficial de la Psicología de Madrid
Madrid, Junio de 2020