

BITÁCORA DE LA CLASE 2 – LIDERAZGO 3D - DESCUBRE

Cómo salir de la trampa de los roles disfuncionales y asumir responsabilidad

Fundamentación

El propósito de esta clase es reconocer los modos en que nos comunicamos y cómo esos patrones impactan directamente en la efectividad, la confianza y la calidad de los vínculos dentro de los equipos.

En los espacios laborales, el liderazgo se manifiesta fundamentalmente en el lenguaje: cómo pedimos, cómo escuchamos, cómo declaramos, cómo prometemos y cómo gestionamos los quiebres que aparecen en las conversaciones cotidianas.

El líder 3D se diferencia porque observa su lenguaje y su emocionalidad antes de actuar. No reacciona: responde con conciencia. Desarrolla la capacidad de leer sus patrones comunicacionales y emocionales para tomar decisiones más efectivas, alineadas con su propósito y con el bienestar del equipo.

“Un líder no se define por lo que dice, sino por las conversaciones que es capaz de generar.”

¿Para qué hablamos cuando hablamos?

Hablar es uno de los actos más naturales y cotidianos que realizamos. Lo hacemos casi sin darnos cuenta. Sin embargo, pocas veces nos detenemos a pensar para qué hablamos. ¿Para tener razón? ¿Para desahogarnos? ¿Para convencer? ¿Para construir? La manera en que conversamos dice mucho más de nosotros que las palabras que usamos.

En el contexto del liderazgo, el lenguaje es poder: poder para generar acción, inspirar confianza o, por el contrario, para bloquear posibilidades y sembrar desconfianza. Por eso, toda conversación importa.

Hablar implica interpretar, mostrar el mundo que cada uno ve. Fernando Flores decía que las organizaciones son redes de conversaciones, y su efectividad depende de la calidad de los compromisos. El liderazgo conversacional busca precisamente eso: despertar conciencia sobre el modo en que hablamos, escuchamos y generamos sentido.

Hablamos todo el tiempo, pero pocas veces somos conscientes del poder de nuestras palabras. Cuando entendemos que el lenguaje construye, dejamos de usarlo como descarga y empezamos a usarlo como herramienta. El líder 3D aprende a hablar con propósito, a escuchar con presencia y a elegir palabras que generen posibilidad.

“El liderazgo comienza cuando dejamos de hablar para tener razón y empezamos a hablar para generar acción.”

El sentido de la comunicación

En todo equipo, la comunicación es el hilo invisible que sostiene la convivencia. Nos comunicamos constantemente, pero pocas veces comunicamos con sentido. No alcanza con hablar o con tener buena

intención; liderar requiere aprender a conversar con propósito.

Comunicar, en su sentido más profundo, significa poner en común. Cada vez que hablamos, ofrecemos al otro nuestra manera de ver el mundo. Cuando lo hacemos desde la apertura, construimos puentes; cuando lo hacemos desde la defensa o la imposición, levantamos muros. El propósito de la comunicación no es ganar discusiones, sino generar acuerdos y sentido compartido.

Los cuatro pilares de la comunicación consciente son: claridad, respeto, empatía y confianza. La claridad evita malentendidos; el respeto reconoce la dignidad del otro; la empatía permite comprender desde dónde habla; y la confianza se construye cuando hay coherencia entre lo que se dice y lo que se hace.

ablar con sentido no es hablar suave ni evitar los conflictos. Es sostener conversaciones difíciles con claridad, respeto y empatía, sin perder la confianza mutua. En esos espacios, donde el ego se aquieta y el propósito aparece, el liderazgo crece.

“Hablar no es llenar el silencio; es crear significado.” — Rafael Echeverría.

El cuadro de la asertividad

La asertividad nace del punto medio entre el respeto por mí mismo y el respeto por el otro. Cuando esos ejes se desequilibran, caemos en patrones comunicacionales que generan tensión o frustración.

Evasión: se evita el conflicto, pero el problema persiste. Sumisión: se busca agradar, pero se pierde autenticidad. Agresividad: se impone la razón y se rompe el vínculo. Asertividad: se expresa con claridad y respeto, generando cooperación.



El triángulo dramático de Karpman

Stephen Karpman describe tres roles disfuncionales que adoptamos cuando nos comunicamos desde la reacción: la víctima, el perseguidor y el salvador. Cada rol surge de una necesidad no resuelta: protección, control o aprobación. Todos los ocupamos alguna vez.

La víctima vive desde la impotencia: 'No puedo', 'Siempre me pasa lo mismo'. Su salida es reconocer su poder personal y pasar del reclamo a la acción. El perseguidor actúa desde el juicio: 'Si no lo hago yo, nadie lo hace bien'. Su salida es transformar la crítica en conversación y desarrollar empatía. El salvador

ayuda en exceso: 'Déjame que yo te ayudo'. Su salida es confiar, delegar y promover autonomía.

Salir del triángulo requiere conciencia y elección. Cuando el líder se observa en acción, puede cambiar el patrón. Así pasa del drama a la responsabilidad: de la víctima al protagonista, del perseguidor al líder asertivo, del salvador al facilitador.

“Mientras reaccionamos, el contexto nos lidera. Cuando asumimos responsabilidad, somos nosotros quienes lo transformamos.”



Salir del triángulo: del drama a la responsabilidad

Salir del triángulo no es evitar el conflicto, sino redefinir cómo nos vinculamos con él. Implica reconocer, preguntarse, declarar y restaurar.

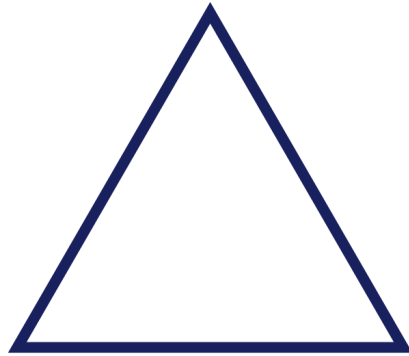
Reconocer: mirar sin justificar. Aceptar la propia parte del problema sin culparse. Preguntarse: abrir el espacio del aprendizaje. Pasar del '¿por qué me pasa esto?' al '¿qué puedo hacer con esto?'. Declarar: usar el lenguaje como herramienta de acción. Decir no cuando antes callábamos, pedir ayuda, disculparnos, ofrecer alternativas. Restaurar: reconstruir la confianza con coherencia y presencia.

Cada vez que elegimos responder en lugar de reaccionar, salimos del drama. Cada vez que decidimos aprender en lugar de culpar, expandimos nuestra conciencia. El líder 3D no busca ser perfecto, busca ser consciente. Porque solo quien se observa puede transformarse.

“El liderazgo empieza cuando me reconozco parte del sistema que quiero cambiar.”

TRANSFORMACIÓN DEL TRIÁNGULO

DE SALVADOR A EMPÁTICO



DE VÍCTIMA A
RESPONSABLE

DE PERSEGUIDOR A
ASERTIVO

