

La inteligencia emocional en las finanzas personales

Recopilado por Amalia Beltrán

La inteligencia emocional es el desarrollo de tu capacidad para reconocer, entender y gestionar tus emociones para mejorar cómo te relacionas con otros y tomar decisiones que te ayuden a alcanzar tus metas. Las emociones pueden ser positivas o negativas y la manera en que las asumas y proyectes se reflejará en tu felicidad o descontento; hablando desde el punto de vista de tus finanzas, en que las puedas concretar. La inteligencia emocional no tiene que ver con el coeficiente intelectual ni los conocimientos en general, sino con el conocimiento de nosotros mismos y la manera en que actuamos y reaccionamos ante diversas situaciones. Hacer crecer tu patrimonio, o ahorrar, tiene mucho que ver con aplicar este tipo de inteligencia en las finanzas personales, ya que para establecer metas, hacer presupuestos y cumplirlos debes ejercer autocontrol y disciplina.

¿Sabías que puedes aplicar inteligencia emocional en el manejo de tus finanzas personales para conseguir resultados positivos? Hacer crecer tu patrimonio depende de la manera en la que te relacionas con el dinero

Aunque te parezca que no tienen relación, la forma en la que manejas tu dinero está directamente ligada con el estado de ánimo. En el sentido positivo, cuando no cedemos al impulso de comprar por un deseo, y en el negativo cuando nos abruma la preocupación y la angustia si nos endeudamos excesivamente.

Habilidades a desarrollar

Desarrollar tu inteligencia en el sentido emocional requiere que adquieras estas cinco habilidades:

Conciencia de uno mismo. Implica que sepas reconocer tus emociones en cada

momento de tu vida y cómo afectan a tus acciones y decisiones.

Es como realizar un análisis FODA de ti mismo, en el cual identifiques tus fortalezas y oportunidades, así como tus debilidades y amenazas.

Conocer a fondo te permitirá detectar tus errores, como gastar por impulso, y encontrar las soluciones, como elaborar un presupuesto y apegarte a él.

Autocontrol. Es una habilidad necesaria para ponerte límites y compensar tus debilidades desarrollando fortalezas.

En el plano financiero, lo aplicas cuando refrenas el impulso de realizar una compra hasta que meditas y analizas la utilidad del objeto o servicio para tu vida y tu patrimonio.

Motivación. Es lo que te incita a esforzarte y perseverar para alcanzar tus metas.

