

La Aptitud Estrella, la Actitud Maestra

“Solo se que no se nada” máxima de Sócrates que sigue teniendo hoy en día un significado fundamental para los procesos de cambio personal y organizacional.

Este es sin duda el punto de partida de la Aptitud Estrella, DUDAR, sí dudar, eso que nos gusta tan poco, que nos hace sentir tan mal, tan inseguros, tan incómodos, sobre todo ante de los demás.

Dudar pone en marcha la **curiosidad**, el deseo de saber, de explorar otros puntos de vista, y esto siempre lleva a una ampliación del conocimiento: se genera un conocimiento basado en el análisis de distintas alternativas, en la valoración de la situación o el problema desde distintos enfoques. Interesarme por lo que los demás opinan, por cómo ven las cosas, creando un diálogo constructivo, ayuda a la **reflexión** que es lo que nos da un conocimiento más sólido.

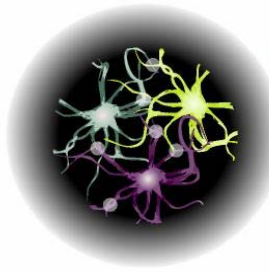
Dudar, significa empezar de nuevo, partir de cero, es como **volver a la niñez**, sin contaminaciones, sin prejuicios, sin esas creencias limitadoras que vamos adquiriendo en el devenir de nuestra vida, y que tanto influyen en nuestra actitud, sin que seamos conscientes de ello. Necesitamos volver a sentirnos niños/as, estar más **abiertos al mundo**, verlo como un campo de juegos, en el que experimentar nuevas opciones, en el que aprender sea divertido.

Dudar implica volver la mirada hacia nuestro interior, a buscarnos para conocernos mejor. Es dentro de nosotros donde están todos los recursos y todos los límites que nos pueden hacer avanzar o paralizarnos en nuestro desarrollo. Siempre estamos buscando fuera las causas de nuestros fracasos, o los apoyos para echar a andar, cuando todo el poder del cambio está en el desarrollo de nuestras habilidades. Nadie mejor que uno mismo sabe lo que le hace disfrutar y lo que no, lo que hace bien y lo que hace mal.

Daniel Goleman hablan de la “**conciencia de uno mismo**” como competencia emocional clave: reconocer nuestras emociones y como influyen en nuestro comportamientos, nuestras fortalezas, nuestra debilidades, para adquirir confianza y seguridad en lo que hacemos y como lo hacemos.

“Sólo soy capaz de controlar aquello de lo que soy consciente. Pero aquello de lo que no soy consciente me controla a mí”(John Whitmore, 2002)

Quizás ya estamos en disposición de **ver las cosas desde otra perspectiva**, puede que hayamos descubierto cosas de nosotros mismos que desconocíamos, que no nos gustan, que nos cuesta aceptar, pero están ahí, y puedo verlas como una oportunidad de mejora, pues ahora las conozco y se que puedo trabajar con ellas, me condicionan pero no me determinan.



Escuela de Mentoring

Démonos permiso para verlo de otra forma, en la distancia emocional que es siempre más clarificadora, y encontraremos formas de convertir la debilidad en fortaleza y la amenaza en oportunidad.

Ahora es el momento de marcar el rumbo, de identificar a donde queremos llegar, que queremos alcanzar, **definiendo nuestros objetivos y nuestras expectativas**. Somos nuestro mejor proyecto y por eso debemos trabajar día a día en él, practicando todo lo que aprendemos, reflexionando sobre nuestro comportamiento y sus resultados, y no dejarnos llevar jamás por el desaliento.

“Lo que parece diferenciar a quienes se encuentran en la cúspide de su carrera de aquéllos otros que, teniendo una capacidad similar, no alcanzan esa cota, radica en la práctica ardua y rutinaria seguida a lo largo de años y años” (Daniel Goleman, 1995)

La **perseverancia** es una actitud maestra, que depende del entusiasmo y la tenacidad frente a todo tipo de contratiempos, de creer en nuestro proyecto, en nosotros mismos, y en nuestro poder hacer. No triunfan los que no lo intentan, o los que lo intenta y fracasan y no lo vuelven a intentar, **solo triunfan los que son capaces de levantarse cada vez que caen**.

Cambiar, nos resulta doloroso, costoso, angustioso, porque **salimos de esa zona de confort** en la que nos sentimos seguros, cómodos, pero probablemente no realizados. Los que sientan que están haciendo cosas sin sentido, que están desaprovechando su potencial, que no han logrado lo que buscan, que no disfrutan con lo que hacen, deberían **pararse a pensar en cambiar de rumbo**, porque si no es probable que terminen en el mismo sitio en el que están.

La aptitud estrella para el cambio es ser **flexible**, estar abierto a nuevas ideas, nuevos entornos, nuevas personas, que no conozco pero puedo llegar a conocer, o que conozco pero puedo ver desde otro paradigma. Es **adaptarse** a lo nuevo, pensar de forma diferente, aceptar otras creencias, otros valores en los demás, sin sentirme amenazado, sin perder mi identidad, que no es fija se construye día a día. Encontrar oportunidades y conexiones en las diferencias, y no problemas y oposiciones.

La **actitud maestra es no dejar de buscar**, en un libro, en una película, en una reunión, en un cliente, en un/a compañero/a de trabajo, en el parque. Cualquier lugar y cualquier persona son una fuente de aprendizaje, y el ser humano como dice Paulo Freire(1996) está inserto en un permanente movimiento de búsqueda. Cuando deja de buscar muere.

© M^a Luisa de Miguel. Este documento ha sido elaborado por la Escuela de Mentoring. Para su reproducción parcial deberá citarse la fuente completa y su dirección electrónica. Para su reproducción total será necesaria autorización por escrito de la Escuela de Mentoring y citar la fuente completa y su dirección electrónica