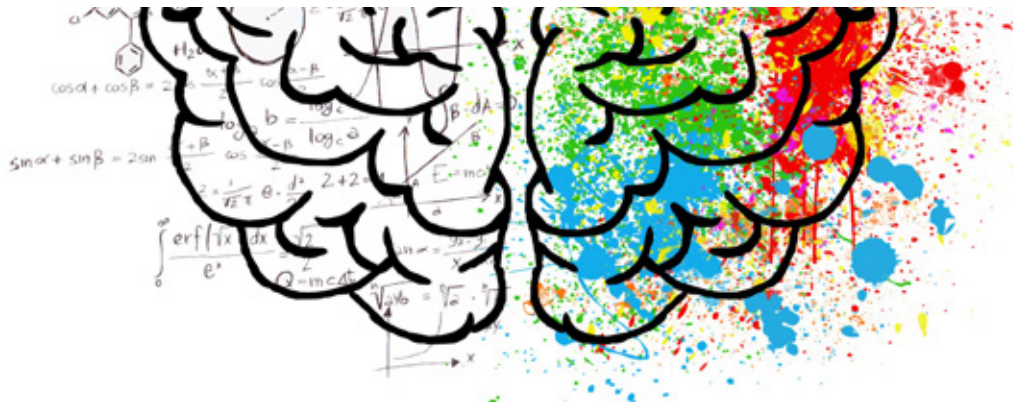


Negocios

Por Juan Carlos Flores Merino, Acctúa-Potencial



DELIBERACIONES SOBRE EL CAMBIO



“Si te molesta, es tu problema”. ¿Te parece agresiva la frase anterior? Algunos dirán que sí, aunque yo la veo disruptiva y motivadora para el cambio.

La primera vez que la vi escrita fue en la oficina de un despacho de consultores. De entrada me pareció muy fuerte y directa; sin embargo, después de pasarla por un análisis con lente asertivo, no tuve más que estar de acuerdo. Si lo pensamos bien, pase lo que pase afuera, está en nosotros cambiarlo. Puede ser que no podamos hacer mucho con aquello que nos molesta, pero sí en la forma en que podemos actuar sobre nosotros. En ese punto, en la necesidad de acción, se encuentra el gatillo que detona el cambio.

Cuando algo nos tiene inquietos o realmente enojados o decepcionados, quiere decir que ya no estamos en nuestra zona de confort, y entonces pensamos qué podemos hacer para regresar a nuestro estado apacible. Las zonas de confort son necesarias para mantener la cordura. Lo impor-

tante es saber cuánto tiempo debemos permanecer en ellas, porque todo lo que nos hace evolucionar está fuera de nuestra zona de confort.

Cambiar suena sencillo, pero no lo es, debido a que nuestro cerebro se opone porque “así está programado”. Este órgano es el mayor consumidor de energía y oxígeno de todo el cuerpo y sus funciones principales son la supervivencia y la reproducción. Como el cerebro requiere energía para funcionar, lo que hace es evitar en gran medida todas aquellas actividades que lo “desgasten”; esto es, pensar. Por esa razón el cerebro es más eficiente automatizando los procesos y todo lo que puede (así guarda recursos para cuando se requiera). Automatizar significa crear hábitos y los hábitos están en la zona de confort. Salir de la zona de confort para hacer un cambio cansa, reduce la reserva de energía y, por lo tanto, hace que nos cueste trabajo movernos para cambiar.

Esto funciona muy parecido tanto a nivel persona como a nivel organización. El problema mayor es que

Hacerse preguntas abre posibilidades y nos lleva a mundos nuevos. Nuestra mente funciona mediante el cuestionamiento. ¿Qué pasaría si...?, ¿cómo podría hacer esto mejor?, ¿de quién depende que esto funcione mejor?, ¿qué requiero aprender?

cuando no se hacen los cambios necesarios, el organismo en cuestión se estanca e inevitablemente se vuelve obsoleto. Es difícil de asimilarlo de inmediato, pero la historia tiene muchos ejemplos de cómo grupos y culturas completas perecieron por quedarse con sus viejos paradigmas. No es casual que estos, los paradigmas, sean como los pañales: si no se cambian a tiempo, apestan.

Pero exploremos algunos puntos en relación con el cambio.

Las zonas de confort no son malas. Si no las tuviéramos, nos volveríamos locos. Así que, si quieres ser más eficiente en tu zona de confort, no te pelees con tu cerebro. Aprende metodología sobre las cuestiones más importantes de tu trabajo, es la mejor manera de utilizar el *modus operandi* del cerebro y su necesidad de automatizar todo lo que puede para ser más eficiente.

Si algo te molesta, tienes opciones. No siempre el cambio es posible ni todos los cambios son iguales. Pero hay cuatro opciones a que se tiene acceso en caso de incomodidad:


- **No hacer nada.** Siempre es una posibilidad seguir como hasta el momento. Hay quienes ya aprendieron a manejar zonas de confort “incómodas”
- **Cambiar la forma en que ves lo que te molesta.** Si tu jefe tiene mal carácter, puedes verlo con ternura sabiendo que detrás de casi todo agresivo hay miedo
- **Cambiar lo que no te gusta.** Si esto es posible, dedica tus recursos a modificar la situación que te hace sentir incómodo

- **Cambia tú.** Si nada se puede hacer ahí en donde estás, vete a otro lugar. No se trata de huir, sino de ser consciente de que no todos los lugares, personas o situaciones son para nosotros o se presentan en el momento adecuado

Los cambios ya no son como eran antes. La verdad es que todo ha cambiado y cambia cada vez más rápido. Quizá no te puedes preparar para todos los cambios que vengan, pero sí puedes preguntarte “¿Qué cambios puedo hacer en mí para prepararme para los cambios que están fuera de mi control?”. Es decir, “¿qué cosas puedo aprender, que me sirvan para manejar todo lo que se me presente; por ejemplo, si desarrollo habilidades de comunicación, podré mejorar mi capacidad de trabajo en equipo, liderazgo, manejo de conflictos, negociación y otros temas que tienen que ver con la relación entre personas”. Todas ellas tienen como común denominador la comunicación.

Todo cambio importante traerá problemas. Siento decirte que todo cambio trascendente traerá problemas, probablemente dolerá, bajará tu rendimiento temporalmente, pero también traerá aprendizaje que, si aprovechas bien, habrás ganado más de lo que te haya costado el proceso.

Busca preguntas, no respuestas. Hacerse preguntas abre posibilidades y nos lleva a mundos nuevos. Nuestra mente funciona mediante el cuestionamiento. ¿Qué pasaría si...?, ¿cómo podría hacer esto mejor?, ¿de quién depende que esto funcione mejor?, ¿qué requiero aprender?

Para finalizar, hagámonos esta pregunta: ¿Cuándo es el mejor momento para hacer un cambio? Cuando no es necesario todavía. 

Juan Carlos Flores Merino es socio Director de Acctúa y asociado de Potencial. Estudió ingeniería industrial en la UVM, un MBA en la Universidad de las Américas México y una maestría en educación, neurocognición y aprendizaje en el Instituto de Enlaces Educativos. Tiene certificaciones en coaching, P.N.L. y es facilitador de Grupos de codesarrollo Profesional. Actualmente es facilitador de diversos programas de desarrollo humano. Contacto: contacto@potencial.com.mx