

# Romper barreras

## para afrontar el cambio

TEXTO DE EDUARD PALOMARES ILUSTRACIÓN DE CARLA PAPIOL

**L**OS PARÁMETROS PARA valorar el triunfo, muchas veces, se construyen sobre conceptos difusos. ¿Quién tiene más éxito, aquel que tiene la nómina más abultada o el que puede pasar más tiempo con su familia? Más allá de los apriorismos sociales, esto lo tiene que decidir cada uno. De la misma forma, la reflexión sobre si la vida de una persona concuerda con sus sueños tiene que surgir de un proceso de reflexión interior. Pero, en el caso de detectar algún elemento insatisfactorio, no sirve de nada si no se toman medidas para pasar a la acción.

Cambiar cuesta porque significa enfrentarse a aquello que no funciona bien en la vida y requiere romper el círculo de seguridad que todo el mundo se construye a su alrededor. Eso sí, puede valer la pena. Andrés Martín, autor de *Sabiduría estratégica. Cambiar y cambiarse creando un futuro mejor*, publicado por Plataforma Editorial, ayuda a *Exclusive* a esbozar un plan (muy resumido) para afrontar cualquier reinención, ya sea a nivel personal o empresarial.

### 1 TOMAR CONCIENCIA

El primer paso consiste en adquirir un compromiso clave con uno mismo: ser oveja o ser león o, lo que es lo mismo, actuar como un sujeto pasivo que espera que las cosas pasen por causas externas o reclamar el protagonismo para guiar la propia vida. “Si estás en una situación insatisfactoria puedes actuar de dos maneras; culpar a los otros o pensar en si puedes cambiar algo en tu forma de actuar. Lo primero es lo fácil, pero lo segundo te permite iniciar un proceso de conexión contigo mismo, para comenzar a pensar qué quieres modificar en tu vida”, explica Martín.

### 2 CREAR UNA VISIÓN PODEROSA

Una vez asumida la responsabilidad propia, comienza lo difícil. “Debes aceptar la posición en que te encuentras y transformar la tensión que te genera tu insatisfacción en una fuente de inspiración”, añade el autor. Pero para iniciar un camino se debe tener claro hacia dónde se quiere ir, por eso, es preciso tener una visión del futuro al que se quiere aspirar y trabajar para llegar hasta ella. Quizás no se consiga llegar hasta el objetivo marcado, pero este faro orientará la dirección de todo este proceso vital.

### 3 ELIMINAR BARRERAS

Si cambiar cuesta es porque existen una serie de obstáculos a nivel inconsciente que limitan a la persona: miedo al fracaso, modelos mentales, sentimiento del ridículo, falsas identificaciones, prejuicios... “Culturalmente no se nos permite fracasar, pero cómo vamos a crear emprendedores si no dejamos que se equivoquen. Lo realmente importante es aprender de los fracasos.” Y tener claro que haber intentado cambiar algo, aunque no salga bien, no puede ser nunca motivo de vergüenza alguna.

### 4 COMPRENDER EL SISTEMA

Para que cualquier cambio tenga éxito –tanto a nivel personal como empresarial, organizativo o político– es básico conocer al milímetro el terreno donde se debe producir esta transformación. Es decir, identificar las relaciones de causa-efecto que operan dentro del sistema, porque no se puede cambiar nada sin saber la correlación de fuerzas que intervienen. Esto permitirá afrontar no solo los síntomas, sino las causas fundamentales.

### 5 APRENDER DEL FUTURO

Los métodos formativos suelen estar basados en el pasado, es decir, si algo funcionó (o no) hace un tiempo, lo volverá a hacer. Siempre y cuando no hayan cambiado las reglas de juego, claro está. “De ahí la importancia de mirar hacia delante, imaginar cómo serán las cosas en el futuro, cómo queremos que sean y qué podemos hacer para que así sean”. En cierto modo, pasa por dejar a un lado las preocupaciones ineficaces o los lamentos estériles para preguntarse qué se puede hacer realmente.

### 6 MANEJAR LOS TIEMPOS

Para que se produzca el cambio deseado se debe aguantar la tensión el suficiente tiempo para que sea posible. Por lo tanto, siempre existe el riesgo de cansarse, quemarse, dejarlo estar... “El ritmo de los cambios es muy difícil de predecir, así que se debe abordar el proceso como un maratón”. Y tener presente que, como quien se dirige a Itaca, no es tan importante a dónde se llega, sino el viaje. “No existe un éxito o un fracaso, ya que llegarás donde las circunstancias te permitan llegar. Lo que cuenta son las experiencias y si están generando unas emociones positivas tanto a ti como a tu entorno inmediato”, concluye Andrés Martín. El viaje hacia la visión permite conocerse, aprender, desarrollar habilidades, crecer, descubrir, vivir... Afrontar el cambio ya ha valido la pena. **X**

