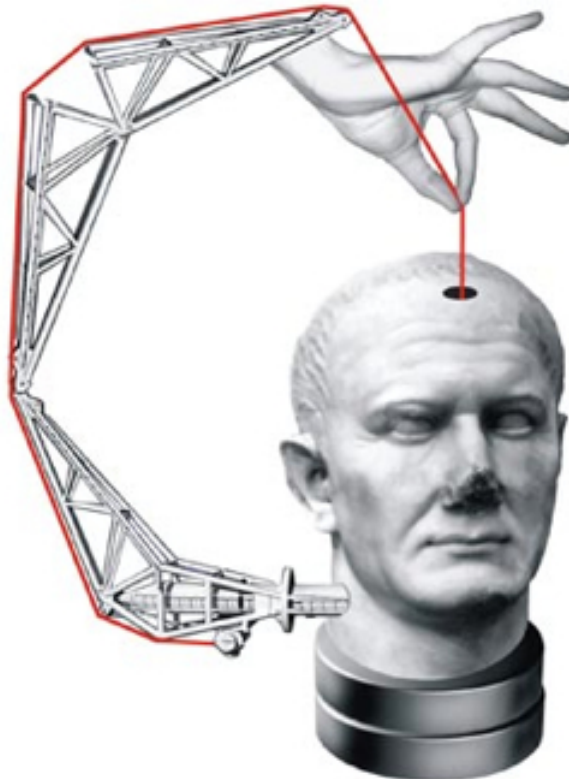


REINGENIERÍA PERSONAL



Cuando todo anda mal e intentas miles de cosas y nada fructífera es el momento de volver al punto cero; es decir si comienzas con problemas económicos, laborales, interpersonales, te sientes incómodo en lo que haces etc. Son síntoma que tu estructura mental no funciona y debes tomar medidas extremas y volver a nacer en un nuevo proyecto y forma de vida, para ello es necesario primero analizar la secuencia de hechos pasados y evaluar los fracasos, cuanto tuviste que ver en ello y en cuantos no; en cuales eventos te vinculaste que te hicieron obtener efectos negativos y que hay de aquello que simplemente no hiciste y dejaste pasar; y si te da negativo todo: es tiempo de tomar medidas drásticas; desarmar todo y armarse de nuevo en todo, buscar ayuda, nuevas amistades, contactos, cambiar de rubro, crear nuevas rutinas etc. En el fondo el sistema en que estabas siguiendo ha colapsado y necesitas reinventarlo, aprendiendo de los errores y creando a punta de prueba y error en un comienzo hasta nivelar algo de estabilidad y darle forma a un nuevo proyecto y forma de vida.

La reingeniería personal consistiría, entonces, en hacer un alto en nuestro caminar para revisar sincera y profundamente nuestras actitudes frente a la vida y, sobre todo, nuestra conducta al relacionarnos con otros seres humanos. Aquí nos encontramos con la primera y gran dificultad: el creernos lo máximo, pensar que nosotros actuamos bien y que los que actúan mal son los otros. Si no sorteamos esta barrera no podremos aplicar la reingeniería personal. Este gran escollo sólo será salvado si nos armamos de una buena dosis de humildad; de mucha valentía y del apoyo de alguien de nuestra confianza.

Sin humildad no podemos apreciar nuestra perfectibilidad. Creyéndonos perfectos jamás podremos aceptar que algunos aspectos de nuestros comportamientos pueden ser

mejorados. Generalmente vivimos inmersos en una cálida y cómoda burbuja de autocomplacencia. Aún más, desarrollamos una percepción "extrasensorial" frente a la posibilidad de cualquiera crítica o situación que ponga en peligro la estabilidad de nuestro pedestal o de nuestra aureola de "perfecto". Al menor peligro, una eficaz alarma nos previene y nos ponemos a la defensiva o, simplemente atacamos al inoportuno, antes de que él nos descalifique. La mayoría de nosotros sabemos o intuimos que nuestra perfección es solo una máscara de actuación que cubre caritativamente nuestros defectos. Y así nos sentimos bien, tan bien como el actor pobre que en las tablas hace el papel de un potentado.

Entonces, si aceptamos que siempre habrán aspectos de nuestro actuar que son perfectibles estaremos en la senda correcta para, cada cierto tiempo, revisarlos y proponernos nuevas y mejores maneras de comportarnos, en búsqueda de mayores niveles de perfección. Siempre teniendo a la vista que la PERFECCIÓN será un gran desafío, pero no una meta final.

Sin valentía no osaremos incorporar los cambios necesarios para mejorar nuestras vidas. Ya vimos que nos hemos acostumbrado a la calidez y a la seguridad de nuestra burbuja protectora. Salirnos de ella significa confesarnos imperfectos; enfrentarnos a la fealdad de una imagen que manteníamos oculta; soportar la vergüenza de la desnudez; reconocer nuestra fragilidad disfrazada de soberbia. Todo eso duele mucho y es razonable rehuir el dolor. Sin embargo, algunas veces el dolor es el preámbulo para lograr la satisfacción. Ciertos tratamientos médicos confirman lo dicho: sajar la piel duele, pero alivia la salida del veneno.

Sin el apoyo de otras personas no tendremos la completa percepción de nuestra realidad integral ya que, generalmente, los demás no nos ven como nos vemos nosotros mismos. Con toda seguridad puedo afirmar que los demás tienen mucho que decirnos respecto de aquellos aspectos mejorables de que hablábamos recién. Quizás el ser humano ha buscado este complemento en la confesión de los pecados frente a un sacerdote personaje ajeno e imparcial al "yo" y, al mismo tiempo, respetable y de confianza o en recurrir a un director espiritual (hoy día, más probablemente, a un psicólogo). Pero también podemos recurrir a familiares o amigos, siempre que hayamos creado las condiciones propicias para una interacción constructiva, afectuosa y sincera. Esto es, en un ambiente en que la comunicación pueda ser realmente asertiva, sin callar nada pero respetándose mutuamente.

En lo operativo, resulta conveniente partir escribiendo en una simple hoja de papel todo aquello que quisiéramos cambiar o mejorar, considerando nuestras fortalezas y debilidades. Esto mismo puede ser solicitado a las personas más vinculadas con nosotros y que nos merezcan confianza, en el sentido de que escriban lo que uno (no ellos) puede mejorar o cambiar para lograr una mejor colaboración, un mejor ambiente, un mayor rendimiento, etc.

Evidentemente esto es tan válido en el trabajo como en el hogar. Por cierto que este ejercicio debe realizarse en condiciones que garanticen la seguridad del que da su franca y sincera opinión sin ser aplastado por un "ego" que se derrumba.


Si pasamos airosos esta prueba, estaremos en condiciones de racionalizar la información obtenida y plantearnos un plan de "reingeniería personal". Es posible que dispongamos de muchos datos, por lo que conviene aplicar la "Ley de Pareto". Buscaremos aquél 20% de situaciones relevantes que incidan en el 80% de resultados en nuestros cambios o mejoras de hábitos, actitudes, costumbres, etc., que aparezcan como recomendables. De ellos, elegiremos los más fáciles de implementar y partiremos sólo con uno. Lo definiremos como

un objetivo por alcanzar en un plazo dado. Por ejemplo: "durante dos semanas comenzaré cada día programando y priorizando mi agenda de actividades, dejándome espacios libres para imprevistos, para reflexionar, para meditar, etc." Para reforzar este objetivo se lo participamos a nuestra secretaria o a otro colaborador. Si se trata de un trabajo independiente, podemos recurrir a nuestra pareja o a un amigo íntimo. Transcurrido el plazo, haremos una evaluación y si hemos generado este hábito, podremos fijarnos otro objetivo dentro de los aspectos que ya seleccionamos. Si no tuvimos éxito, volveremos a insistir.

Como se ve, se trata de una estrategia cautelosa, de pequeños pasos, fáciles de lograr y de seguro afianzamiento. Los más hermosos palacios se construyeron ladrillo a ladrillo. Los grandes proyectos también se pueden conseguir de a pequeños pasos, sin el riesgo de perdernos en una maraña de grandes ambiciones.

Victoria Andrea Muñoz Serra
Docente e Investigadora Multidisciplinaria

REFERENCIA DE ESTE TEXTO

 *Reingeniería Personal*, Muñoz Serra, Victoria Andrea, Sitio Web: Victoria Andrea Muñoz Serra (http://www.victoria-andrea-munoz-serra.com/coaching_integral.htm), Concepción, Chile, marzo del 2012.

FUENTE

Alfonso Baraona Sotomayor.