

Quando los fracasos duelen más

Por Patricia León

Editora General de Revista Perspectiva

Aceptémoslo: por mucho que nos propongamos hacer todo bien, en algún momento fallamos. Y a nuestro ego esto le sienta muy mal porque, aunque digamos lo contrario, siempre estamos buscando el éxito en todos los ámbitos de nuestra vida. Estas fallas, que pueden ir desde no contestar la llamada de un cliente por ir conduciendo el automóvil hasta olvidar nuestro propio aniversario de bodas, simplemente reflejan el hecho de que todos tenemos recursos limitados, aun cuando utilicemos la tecnología para cumplir con todo.

Pero las fallas que nuestro ego nos recuerda con más insistencia son las metas no alcanzadas. Las metas pueden ser de largo plazo, como escribir un libro, o podrían ser de cortísimo plazo, como hacer más ejercicio y comer más sano.

Según Art Markman, profesor de Psicología y Marketing en la Universidad de Texas, las fallas se derivan de alguna combinación de los siguientes factores:

1. Presiones de corto plazo. Nos sentimos más atraídos por alcanzar metas urgentes de corto plazo en lugar de ocuparnos en proyectos de largo plazo. Quienes alcanzan sus metas de largo plazo son aquellos que dedican regular-

mente un espacio de tiempo para avanzar en ellas, como por ejemplo, escribir los fines de semana una parte de ese libro que nos hemos propuesto concluir en tres años.

2. Distracciones que nos apartan de nuestras metas. Aunque ya lo sabemos, siempre terminamos haciendo lo más fácil en lugar de lo más importante y un buen ejemplo de ello son las redes sociales y la mensajería en el celular. Cada mensaje nuevo es una invitación para dejar de hacer aquello en lo que estamos concentrados. Silenciar los chats de Whatsapp para eliminar esta distracción en el ambiente de trabajo no ayuda mucho si siempre tenemos el celular frente a nosotros.

3. Trabajar demasiado. En nuestro medio, en la mayoría de las empresas es bien visto quedarse en la oficina durante más y más horas, lo que paradójicamente crea oportunidades para el fracaso. La mayoría de la gente tiene un número óptimo de horas para trabajar al día, durante las cuales es productivo. Según el profesor Markman, una persona deja de ser productiva luego de ocho o nueve horas. Por eso es mucho mejor —para uno y para los costos de la empresa— esforzarse por trabajar mientras se está en la oficina y por no trabajar cuando no lo esté. De esa forma, siempre se tendrá el tiempo y la energía que se necesitan para minimizar los fracasos en la consecución de las metas de corto y largo plazo.

LA AUTORA



Patricia León González es Máster en Dirección de Empresas MBA por el IDE Business School y Licenciada en Sistemas de Información por la Escuela Superior Politécnica del Litoral. Su experiencia profesional se ha desarrollado en las áreas de Operaciones Bancarias, Organización y Métodos y Comunicación Organizacional. Es Directora de Desarrollo Institucional del IDE Business School y profesora de Marketing Personal en la División de Futuros Empresarios de esta escuela.