PROPÓSITO:

Guía No. 23: Manejo del Cambio.

Promover la interacción idónea, consigo mismo, con los demás, con la naturaleza, en los contextos escolar, familiar, social y laboral.

MOTIVACIÓN:



"¿La gente tiene miedo al cambio? Si. ¿Y miedo a evolucionar? No. Pero para evolucionar hay que cambiar. ¿Cierto? La gente se resiste por varias razones. Por miedo a perder poder, posición, comodidad; Por no entender el por qué del cambio; Por desacuerdo en cómo se va a llevar a cabo; O por tener una personalidad metódica anti-cambio. Pero el cambio, es y será algo constante. Si no cambiamos para adaptarnos y sobrevivir, seremos exterminados por la evolución. Pero ¿cómo llevar a cabo el cambio? Nos encontraremos algunos problemas por el camino, que dividimos en dos tipos: Los problemas técnicos, donde viene un experto y nos soluciona el problema. Esto genera pasividad y dependencia y los problemas adaptativos, donde no existen solución escrita y todos deben participar en la solución, cambiando actitudes y valores. Es así como lograremos la participación de todos los implicados. Pero, y en cuanto a la dirección del cambio, ¿Qué peligros pueden surgir? Muchas empresas tienen gestores, los cuales pueden conseguir que la empresa funcione y hasta que los empleados estén contentos. Pero supondrá hacer muy bien lo mismo de siempre. Es así como muchas empresas desaparecieron porque se estancaron en lo mismo. Hacen falta líderes que nos hagan descubrir nuevos caminos, que garanticen nuestra supervivencia y evolución. Pero ¿Qué tipo de líderes son necesarios y cuáles son ineficientes en estos tiempos? Por ejemplo, ya no vale míster solucioneitor, porque es el motor y a la vez es el freno, genera dependencia, pasividad, intimidación y desgaste del talento. El líder del futuro conecta inteligencias, implicando y haciendo responsables a todos en el cambio. Porque entiende que solo con la participación todos, lograrán tener éxito en ese proceso. Pero cuidado con los personajes que te encuentras en el proceso del cambio. Están los leales que serán fieles a tu persona y estarán contigo desde el principio hasta el final; Los aliados que te ayudarán porque tienen intereses en tu proyecto de cambio, pero pueden traicionarte, si ven que no ganan con el cambio. Los indecisos, a los que hay que convencer y no permitir que sean arrastrados por los que se oponen al cambio; Los opositores, intentarán frenar los cambios y los enemigos que intentarán destruir tu persona. ¿Cómo conseguir avanzar en el cambio y evolucionar?"

EXPLICACIÓN:

Muchas veces habrás utilizado el cambio personal para hablar de personas, cosas o situaciones. Puede que te hayas visto diciendo en distintas facetas de tu vida: “Es que ha o he cambiado” o “necesito un cambio”. Todos hemos experimentado cambios a lo largo de nuestras vidas pero, ¿qué significa realmente cambiar? Según la Real Academia Española (RAE), cambiar significa “desprenderse de una cosa y recibir o tomar otra en su lugar”, eso es exactamente lo que nos ocurre a nivel individual a cada uno de nosotros cuando cambiamos: soltamos aquello que ya no nos sirve y lo sustituimos por algo que nos llene en su lugar. Esto ocurre en diversas facetas de nuestra vida, desde a nivel personal, como sentimental, profesional e incluso en nuestras relaciones con familiares y amigos. A nuestro alrededor la vida cambia y con ella, nosotros, también lo hacemos. Si tuviese que dar una definición propia, sencilla y que todo el mundo pudiese entender diría que, no podemos vivir sin él porque vivir implica cambiar y evolucionar en todos los niveles. Si te pido que pienses ahora mismo en tu infancia, recuerdes exactamente cómo eras y te compares con tu ‘yo del presente’, ¿te reconoces? Probablemente tengas otro físico, seas más alto, tengas un cuerpo más adulto, tengas otras preocupaciones diarias, posees otros pensamientos, diferentes amistades, es posible incluso que si te has imaginado con alguien que haya formado parte de tu infancia esa persona tal vez ya ni esté en el mundo... Todo esto significa que... ¿tú no eres tú? No, esto es tan sólo un ejemplo para demostrarte que aunque tu esencia es la misma, todas las experiencias que has vivido han sido tocadas por el cambio aunque en el momento no fueses a penas consciente. El cambio es un proceso continuo, cíclico e inevitable que experimentamos todos los seres humanos. La mayoría de las veces es impredecible, incontrolable e incluso va en contra de nuestra voluntad. El cambio ocurre en el momento presente aunque solamente podemos observarlo mirando hacia atrás en el pasado o intuirlo mirando hacia delante en el futuro. Todos los cambios despiertan creencias (pensamientos) y emociones diferentes. Vuelve a recordar tu infancia, fíjate en tus pensamientos y las emociones que despiertan ahora mismo al volver la mente atrás. Probablemente haya venido a tu mente frases como “qué fácil era la vida entonces, cuánta ingenuidad, ojalá volver atrás...etc” junto con sentimientos de melancolía, felicidad o incluso tristeza. De nuevo, esa transición de tu “yo-niño” a “yo-adulto” fue ocurriendo en cada instante presente, aunque solo has sido consciente de ese cambio mirando hacia el pasado o imaginando el futuro desde tu “yo-niño”.

EJERCICIOS:

1. Comprar la guía, pegarla, copiarla y desarrollarla en el cuaderno.

2. El cambio personal, ¿es bueno o es malo? Explique brevemente.

3. ¿Por qué sucede la resistencia al cambio?

4. El cambio personal, ¿Una oportunidad para crecer?

5. Realizar un dibujo a todo color, relacionado con el tema tratado en esta guía.

EVALUACIÓN:

1. Trabajo en clase (1 punto); 2. Cuaderno al día (4 puntos); 3. Sustentación (2 puntos); 4. Orden en el puesto de trabajo (1 punto); 5. Actitud ante la clase (1 punto); 6. Adquisición de la guía (1 punto).

Total: 10 puntos.

BIBLIOGRAFÍA:

https://celiadelahoz.com/el-cambio-personal/