

LIDERA TU ÉXITO

Emprende sin miedos

Todo lo que hacemos conlleva un cierto riesgo. Cuando nos imaginamos un final poco feliz, así ocurre. Nuestros patrones de pensamiento funcionan como profecías autocumplidas en nuestras vidas y es lo que distingue a alguien con éxito de alguien que vive haciendo una especie de apología al fracaso. La persona de éxito, simplemente, ha sabido ganar la batalla en su mente.

Según la Real Academia, por definición, el miedo significa “perturbación angustiosa del ánimo por un riesgo o daño real o imaginario” ó “recelo o aprensión que alguien tiene de que le suceda algo contrario a lo que desea”. Uno de los peores problemas de los emprendedores es la facilidad con la que posponen sus proyectos utilizando frases recurrentes tales como “ahora no puedo dedicarle el tiempo que debería”, “lo tengo en mente y en cualquier momento comienzo a darle forma” o “tengo pendiente una charla con xx, que tenía un par de ideas claves para darme”.

Falta de tiempo, de recursos, de colaboradores, de salud, de resultados y un largo etc., son excusas camufladas en razones aparentemente lógicas, pero creadas por un mismo ente: **el miedo**. El miedo adopta formas distintas y todo está en la mente. Emprender significa asumir un desafío y ponerle toda la energía, pero entre líneas, se traduce también como el riesgo de abandonar la utópica seguridad que da mantenerse en la zona de confort.

Ante el desafío de emprender, la mente comienza a rotular las consecuencias que tendríamos si algo saliera mal. Pero claro, la mayoría de las veces, las hipotéticas consecuencias que imaginamos –fundadas ciertamente en el miedo–, suelen ser valoraciones desproporcionadas que nos paralizan y limitan nuestro accionar. Ese miedo a ser proactivos es irracional y no debe frenar el ímpetu por emprender.

Apelando a nuestro registro emotivo, recordemos cuántas oportunidades hemos perdido, que hoy lamentamos no haberlas aprovechado. A pesar de tomar consciencia de ello, seguramente muchos de nosotros sucumbimos en los mismos errores ante nuevas oportunidades. *¿Por qué seguimos cometiendo los mismos errores del pasado? ¿Por qué seguimos sin aprovechar las oportunidades que podrían acercarnos a cumplir nuestros planes? ¿Por qué vacilamos y nos boicoteamos la posibilidad de tener éxito?*

Como decíamos, las personas nos aferramos a las costumbres porque implican seguridad. Por lo tanto, todo cambio, incluso aquel que nosotros mismos promovemos, nos afectan en algún aspecto y nos genera incertidumbre, pues está amenazando ese estado de *seguridad*, equilibrio o adaptación personal. La incertidumbre es una de las caras del miedo, aunque lo peor es lo que hacemos con ella: si la alimentamos, crece y nos paraliza. Debemos confiar en que nuestra causa es la correcta y nuestro plan también, sólo así nos iremos encontrando con las oportunidades correctas que, en lugar de ser

obstáculos, serán catapultas, puertas, puentes.

Hay que confiar y ser congruente con lo que uno desea, entonces todo se acomodará en esa frecuencia. Cualquier tipo de emprendimiento no se logra de un momento a otro, es un proceso, y como tal, debemos atravesarlo, ir pasando sí o sí por sus diferentes etapas. Lo que no podemos es saltarnos ninguna de ellas. No existe una fórmula mágica para que un negocio tenga éxito. El éxito es fruto del coraje y del espíritu emprendedor que convierte una idea en un plan, un plan en una estrategia y una estrategia en una empresa que se lidera hacia el éxito.

SIN CAMBIOS NO HAY CRECIMIENTO NI DESARROLLO.

Así lo asegura **Carina Sampó Franco, especialista en Formación, Coaching y en Psicodrama**, que desde sus talleres vivenciales –tanto individuales como grupales–, propone verdaderos encuentros de crecimiento personal favoreciendo el intercambio de experiencias, la movilización de actitudes, valores y creencias que nos hacen pensar, sentir y actuar.

Carina, como una verdadera Artesana de la Vida promueve un espacio propicio para la reflexión íntima y profunda, para la toma de conciencia sobre lo que nos gustaría cambiar. Y para ello, utiliza una metodología dinámica, lúdica, participativa, en un entorno de aceptación y respeto. **Como premisa básica de funcionamiento, propone dejar fuera la actitud crítica, el juicio racional y los consejos.**

Emprender, comenzar algo nuevo, nos genera la necesidad de una red de contención. Ciertamente la tenemos, porque la hemos tejido durante toda nuestra vida: amigos, familia, socios, colegas, etc. Pero otros espacios, son más neutrales y se desarrollan oportunamente en grupos de personas que comparten experiencias a través de la escucha emocional y empática. Aquí nadie nos recordará ni nos juzgará por lo que hicimos mal o por aquello que nos equivocamos.

Recuerda que el riesgo se mide por dos factores: la entidad de las consecuencias y las probabilidades de su ocurrencia. **Ajustar el riesgo que percibes a su valor real lo lograrás a través de un proceso.** Una vez tengas esta información la resistencia y confusión generalizada se irá disipando gradualmente, y lo nuevo se hará cada vez más familiar y menos amenazante. **Lograrás superar o vencer los miedos y ansiedades, hasta que te sientas en condiciones óptimas de pasar a la acción.**

www.artesanelavida.com
info@artesanelavida.com
644 487 513



“Las cosas a las que tú les tienes miedo son invencibles, no por su naturaleza, sino por la forma en la que tú las ves”

Jewel Kiltcher

