

AUTOCOACHING

5



## PROACTIVIDAD

Una actitud ante la vida que seguramente te llevará al éxito



María José Pont

COACHING EMOCIONAL

[mariajosepont.org](http://mariajosepont.org)

# PROACTIVIDAD

## AUTOCOACHING

Una persona proactiva es aquella que toma activamente el control de todo lo que le concierne y decide qué hacer en cada momento, anticipándose a los acontecimientos. O sea, una persona con iniciativa; y más. Es capaz de adelantarse a las situaciones antes que se conviertan en problema. De tal manera, también participa sin esperar a que ocurran las adversidades.

La proactividad es una actitud ante la vida y el acontecer circundante. No se trata de estar alerta, sino atento a las oportunidades, incluso, sin existir aún. Ahí, viene a colación la frase <<ver más allá>>. Igualmente, hay que diferenciar a las personas proactivas de las controladoras. Éstas últimas, controlan, y a veces hacen cambios para seguir controlando, pero no aportan al equipo de trabajo. Tampoco dejan espacio para que otros tomen la iniciativa, sean proactivos. Así, llegan a provocar pasividad, entonces cuando ya es inevitable la llegada de la situación reaccionan; acción que será infructuosa por tardía, en muchos casos.

Las personas proactivas se enfocan en la solución del problema. No esperan que nadie les salve o les digan qué tienen que hacer. Y mucho menos, buscan culpables. Se responsabilizan y aprenden a ver los problemas como una posibilidad necesaria de desarrollo; nunca, como un obstáculo y eso te lleva a un crecimiento.

Todo esto ocurre tanto en la vida privada o cotidiana, como en el mundo laboral; se aplican los mismos principios. Por tanto, la persona proactiva está muy demandada en el mundo empresarial. Las empresas necesitan personas con actitud proactiva. Quieren que llegue alguien tome las decisiones y las riendas de su puesto sin esperar que alguien les diga qué hacer o cómo hacerlo.

La proactividad reúne un grupo de requisitos que tú mismo puedes detectar en ti, y poner en práctica ya.

Uno de esos requisitos es la responsabilidad, muy relacionada con la productividad. La responsabilidad te lleva a tomar decisiones, que te hacen responsable del resultado; por tanto, demandan tu atención, y tomar la siguiente decisión, en caso necesario.

El aprendizaje continuo, no puede faltar. Te va a ayudar a tener más y mejores herramientas o desarrollar más habilidades de las que ya tienes. Mientras más preparado estés, mejores decisiones vas a tomar y vas a tener mayor control sobre lo que haces.

Tener un plan "B", te va a ayudar a ser realista con lo que estás haciendo. Podrás adelantarte y disipar cualquier variable ajena que pueda hacer que el resultado no se logre de la manera que esperas. Si anticipas un plan "B", vas a tener controlado cualquier variable externa, haciendo más fácil lograr buenos resultados.

Perder el miedo a ejecutar nosotros mismos las soluciones es fundamental. Muchas veces buscamos quien resuelva una situación pequeña porque es muy pequeña para nosotros, pero también buscamos quien nos resuelva una situación grande porque es muy grande para nosotros.

El miedo parece ser el punto más notorio frente a la proactividad. Así, adoptamos una postura pasiva, de inacción; lo cual es un contrasentido. Entonces, cuando vamos a hacer las cosas nosotros, no encontramos quien nos oriente en cómo hacerlas ni tenemos en quien delegar. Según la perspectiva con que se mire, tenemos ante nosotros un problema o un reto, una provocación..., una puesta a prueba a nuestra capacidad y actitud de proactividad.

Tal vez, en ese momento te acuerdes que el principio de una actitud proactiva consiste en aportar..., es querer hacer las cosas tú mismo, esas ganas de aventurarte a entrar sin miedo a hacer las cosas. A veces solamente se oculta un miedo al fracaso, al rechazo..., a que se den cuenta que no sabemos..., miedo a sentirnos incompetentes..., miedo que los demás piensen que no sabemos si hacer las cosas o que nos juzguen por las decisiones que estamos tomando.

La solución al problema está en enfrentarnos al miedo. El miedo imposibilita, el miedo limita, el miedo no te deja avanzar; pero si combinamos todo eso con las ganas de hacer las cosas va a empezar a despertarse en ti, una actitud proactiva.

