

## **Buscando el Cambio**

*Por Michelle LaBrosse, PMP®, Jefa de Cheetah y Fundadora de Cheetah Learning, y Kristen Medina, CAPM®, Coautora*

¿Qué es lo primero que le viene a la mente cuando escucha la palabra "cambio"? Para muchos de nosotros, palabras como "ansioso", "agobiado", o "desconocido" surgen en nuestra cabeza. ¿Por qué es que los cambios y transiciones traen tanta energía negativa consigo? Una hipótesis es que estamos programados para temerle al cambio. Imagine a nuestros antepasados nómadas, mientras evaluaban su entorno, buscando cualquier signo de cambio y de un posible peligro, ya que la mayoría de las veces ambos van de la mano. Quizás nuestro ADN sea el responsable por la asociación de "lo mismo" con la seguridad y de "el cambio", con el peligro.

En este momento, el cambio es un tema polémico para los GPs. Agile tiene una visión diferente del cambio, desde el punto de vista tradicional de los Gestores de Proyectos. En lugar de simplemente gestionar los cambios, Agile pretende generar y aceptar los cambios, utilizando los cambios como una fuente de poder en todo el ciclo de vida del proyecto. Otro elemento del cambio presente en las mentes de los GPs durante este año, es el cambio del PMP Exam (de la Cuarta edición de la Guía PMBOK a la Quinta Edición), cuya validez comienza el 31 de julio del presente año.

Para prosperar en el mundo de los negocios y en la vida, debemos aprender no solo a aceptar los cambios, sino a buscarlos y aprender a sacarles provecho. Cuando buscamos los cambios en lugar de intentar alejarnos de ellos, podemos seguir participando activamente, cuestionando habitualmente el "statu quo", y asegurarnos de que permanecemos en la parte superior de nuestro juego. Aquí hay cinco conductas que usted puede adoptar para ayudarse a dejar de lado sus miedos y buscar los cambios abandonadamente:

**1. Ame la Incertidumbre** - Soy una persona a quien le gusta arriesgarse, y algunos incluso me consideran como una persona atrevida (¡cuándo estoy conduciendo mi Harley, a veces me siento como si ella y yo fuéramos una sola!). Y si bien me encanta la incertidumbre, me aseguro de que estoy preparada para los riesgos que puedo encontrar. Por ejemplo, antes de que comprara mi Harley Sportster 1200 CC, me hice a la idea poco a poco de que pronto conduciría una máquina de gran tamaño, así que comencé manejando un pequeño Escúter de 200 CC, a continuación, cambié a un Escúter de 500 CC. Asimismo, tomé una clase de seguridad en motocicletas para ayudarme a hacer la transición de un Escúter automático a una motocicleta de embrague manual de tamaño (y peso) completo. Cuando me entregaron la Harley, también compré el mejor equipamiento de seguridad disponible para que yo pudiera protegerme a mí misma en caso de que me cayera. Sin embargo, esto no me protegió cuando las 600 libras de mi Harley cayeron sobre mí con un simple deslizamiento a medida que me encontraba saliendo de un estacionamiento, pero he aprendido y le coloque protectores de motor a la moto, para que no caiga directamente sobre mí nunca más. Cada vez que

salgo en mi Harley, es una nueva aventura. A pesar de que me encanta lo que encuentro, me aseguro que estoy tan segura como que puedo estarlo.

La vida está llena de incertidumbres. Acepto completamente la vida, me encantan sus incertidumbres; ellas me prueban de qué estoy hecha cuando me encuentro en situaciones en las que tengo que encontrar nuevas y creativas formas de maniobrar a través de ellas, alcanzando un resultado exitoso. Una y otra vez, descubro, para mi satisfacción, que cuanto más peligrosa sea la situación, hay más incertidumbre y la recompensa será mayor.

**2. Acepte su Fuerza Interna para Aclimatarse al Cambio.** Una de las mayores razones por las que las personas temen al cambio es debido a que piensan, "Tal vez no pueda soportar esta nueva situación". La verdad es que las personas somos bastante adaptables. Si alguna vez ha saltado a una piscina de agua realmente fría, probablemente usted sintió un terrible choque al inicio y pensó, "Esta fue una muy mala idea - ¿Por qué acabo de hacer esto?" Esa es nuestra reacción física hacia el cambio, su cuerpo se estremeció ante el agua fría y, en un primer momento, la rechazó. Posteriormente, a medida que nadaba por los alrededores, la temperatura comenzó a sentirse mejor y estimulante, y se convirtió en una experiencia grandiosa, que demostró su fuerza interior. El agua de la piscina no cambió- usted simplemente se acostumbró a su temperatura. En lugar de resistirse a este tipo de experiencias, trate de encontrar todas las "piscinas frías" (metafóricamente hablando) que se encuentren a su alcance, y láncese a bucear en ellas. Estas piscinas frías de nuestra vida se presentan de muchas formas diferentes: la reorganización de una división en el trabajo, un traslado a una nueva ciudad, o un nuevo grupo de amigos. A pesar de que puede temerle a dar un salto a la piscina fría a la cual se enfrenta, sabemos que puede hacerle frente, y aún más que eso, sabemos que usted prosperará y estará contento de haber saltado a ella desde el inicio.

**3. Resuelva los Pequeños Temores.** Nuestras mentes son máquinas que continuamente buscan patrones, forman hábitos, procesan información. Seamos o no conscientes de ello, cada día nosotros mismos nos autoprogramamos de formas que pueden empoderarnos o desempoderarnos.

Si usted presenta una intensa situación de miedo al cambio, aquí le presentamos una fácil manera de comenzar a programar su mente hacia un diferente patrón de respuestas: Cada día, haga alguna cosa pequeña que lo asuste un poco. Quizás, debería hablar con su jefe en relación con el viaje que usted desea realizar este verano, pero acerca del cual tiene miedo de hablarle. O podría presentar su idea de cambio al equipo de colegas con el que usted ha sido tenido demasiado miedo de hablar debido a su miedo al rechazo. Al abordar estos pequeños temores, usted se dará cuenta de que pensar en la acción es en sí mismo más aterrador y estresante que realizar la acción. Así es el cambio, cuando usted puede ver su temor como realmente es (a menudo sobre exagerado), puede aplicar mejor los cambios de una manera que le ayude a crecer personal y profesionalmente.

**4. Comuníquese Mediante el Cambio.** Tenemos la tendencia a temer lo que no comprendemos. Si usted es quién inicia un cambio, asegúrese de comunicar el propósito de dicho cambio a todos los interesados, y obtener sus comentarios al respecto. Por el contrario, si usted no entiende por qué algo tiene que cambiar, no se muestre complaciente; haga preguntas hasta que se le brinde una respuesta que lo satisfaga. Cuando tenemos una clara comprensión de por qué alguien está buscando cambiar, podemos estar detrás del esfuerzo por cambiar.

**5. Mantenga una Actitud Positiva,** Cuando considera o no la posibilidad de continuar buscando el cambio y los subsecuentes resultados desconocidos, nos enfrentamos al riesgo de que este resultado pueda ser muy malo. Lo que a menudo pasamos por alto, es que el resultado podría ser muy bien una mejor condición que el estado anterior al cambio. Ser positivo no solo lo ayudará a aliviar sus temores, sino que también lo ayudará a obtener un resultado positivo, ya que esto lo liberará de su "parálisis por miedo" y lo ayudará a buscar cambios positivos.

Gestores de Proyectos - ¡Busquen hoy mismo los cambios en su vida! Bien sea en el ámbito personal o profesional, usted puede hacer grandes olas cuando usted es una de las pocas personas que no solo acepta cambiar, sino que busca activamente el cambio para crear mejores resultados para todos. Llevar las cosas "como siempre" nunca ha producido grandeza. Presione los límites de lo posible, y descubra la verdadera grandeza mientras activamente aplica el cambio.

#### **Acerca de la Autora:**



Michelle LaBrosse, PMP, es una fuente de poder empresarial con una inclinación para hacer que el éxito sea fácil, divertido y rápido. Ella es la fundadora de <http://www.cheetahlearning.com>, **autora** de la serie **Cheetah Success Series**, y una prolífica **blogger** cuya misión es llevar la Gestión de Proyectos hasta las masas.

Cheetah Learning es una empresa virtual con 100 empleados, contratistas y concesionarios a nivel mundial. Hasta la fecha, más de 50.000 personas se han convertido en "Cheetahs" mediante la Gestión Innovadora de Proyectos de Cheetah Learning y técnicas de aprendizaje acelerado.

Honrada recientemente por el Project Management Institute (PMI®), Cheetah Learning fue nombrada Proveedora de Desarrollo Profesional del Año en el

Congreso Mundial PMI® del 2008. Es una dinámica conferencista principal y líder del pensamiento industrial, Michelle ha sido reconocida previamente por PMI como una de las 25 mujeres más influyentes en la Gestión de Proyectos a nivel mundial.

Los artículos de Michelle han aparecido en más de 100 publicaciones y sitios web de todo el mundo. Su columna mensual, Know How Network, es publicada por más de 400 publicaciones.

Ella es una graduada del programa Harvard Business School's Owner/President Management (OPM) y también tiene grados de Ingeniería de la Universidad de Siracusa y la Universidad de Dayton.