

El manejo de la crítica ante la toma de decisiones

Por Manfredo López

Psicólogo con Maestría en Administración

En la vida los seres humanos, hasta la más pequeña de las acciones que se realice conlleva tomar una decisión. Nadie se salva de tomar una decisión, ni siquiera aquellos que dicen que prefieren no tomar decisiones y dejar a otros la responsabilidad de hacerlo. Tomar decisiones es una competencia que se puede desarrollar, pero para ello se tiene que ejercitar constantemente. Requiere de un buen nivel de inteligencia emocional, así como capacidad de análisis, a fin de ser objetivo en el proceder.

Si se parte de la premisa anterior de que en la vida hasta la más pequeña de las acciones que hagamos conlleva tomar una decisión, esto implica que todo puede ser cuestionado, hasta lo más simple ¿Qué color de ropa me pongo hoy?, ¿Voy a esa reunión o me quedo en casa?, ¿Me levanto cuando suena el despertador o me quedo otros cinco minutos durmiendo?, ¿Voy al gimnasio o me quedo en casa a ver una película y comer unas golosinas?, ¿Tomo este nuevo empleo o permanezco en el actual? ¿Despido a tal colaborador o le doy otra oportunidad, ya que no está rindiendo el desempeño esperado?

Nadie se salva de tomar una decisión, ni siquiera aquellos que dicen que prefieren no tomar decisiones y dejar a otros la responsabilidad de hacerlo. Aun cuando alguien diga que prefiere no tomar una decisión, en ese momento está tomando una decisión, que es “no hacer nada”; su decisión es “no tomar una decisión”. Generalmente esta conducta se presenta para evitar tomar responsabilidad de las consecuencias de una decisión. Retomemos la expresión: “no hay buenas o malas decisiones, son las consecuencias las que pueden ser buenas o malas, agradables o dolorosas”. Paulo Coelho (2003) en su libro *Brida* dice: “Jamás dejes que las dudas paralicen

tus acciones. Toma siempre todas las decisiones que necesites tomar, incluso sin tener la seguridad o certeza de que estás decidiendo correctamente”. Seguro que esto último no es fácil y lleva un proceso aprender y desarrollar la competencia de tomar decisiones.

Para lograr tomar buenas decisiones, se tiene que “tomar decisiones” constantemente. Debe hacerse de cuenta que es como hacer un deporte de alto rendimiento: no va a llegar a las olimpiadas si no ha practicado con toda su dedicación, disciplina y empeño. Tomar buenas decisiones implica tener autoestima: si no se valora, no le dará crédito a sus propios pensamientos y opiniones, por tanto será difícil que pueda defender una posición. En otras palabras, desarrolle su inteligencia emocional. Por otro lado, se requiere que demuestre su capacidad de análisis de la información que disponga, a fin de ser objetivo en su proceder.

Manejar la crítica

Cuando se toma una decisión, inevitablemente afectará a alguien más; se puede herir susceptibilidades, o simplemente no quedar bien con la opinión de los demás. Si no se maneja adecuadamente la crítica que viene después de que se haya tomado una decisión, posiblemente se vaya perdiendo la capacidad de tomar sus propias decisiones y eso dará paso a complacer y hacer lo que los demás deseen o quieran que se haga.

Conocerse a sí mismo constituye un elemento indispensable para la toma de decisiones y es un buen paso para comenzar a manejar la crítica. El psicólogo Carl Rogers decía: “La paradoja curiosa es que cuando me acepto a mí mismo tal como soy, entonces puedo cambiar”.

Quando alguien le critica, tome esa situación negativa como una oportunidad y pregúntese: ¿qué puedo aprender de esta crítica? Tome la crítica como una ventaja para mejorar su desempeño.

Robin Sharma, reconocido gurú del desarrollo de liderazgo, habla de cinco estrategias para manejar la crítica (Vlog "Five Strategies to handle criticism", 2011):

1. Cada momento que se enfoca en la crítica se aleja de construir sus sueños y alcanzar sus objetivos. Cuando permite que la crítica sea más importante que su posición o decisión, pierde energía y deja de ser creativo, innovador o de actuar con excelencia.
2. Los críticos sólo critican a la gente que hace las cosas con excelencia, no van detrás de los mediocres. Si le critican tómelo como un cumplido, significa que está haciendo las cosas diferentes, con excelencia. Siempre habrá gente que quiera verle caer o desistir. Es algo así como los cangrejos en el bote: cuando uno está por lograr salir, los otros buscan la manera de hacerlo caer y que siga dentro del bote, en lugar de apoyarse unos con otros para salir todos. Pareciera que como los cangrejos, a veces así nos comportamos los seres humanos, los miembros de una sociedad.
3. Cuando alguien le critica, tome esa situación negativa como una oportunidad y pregúntese: ¿Qué puedo aprender de esta crítica? Tome la crítica como una ventaja para mejorar su desempeño.
4. Los críticos muchas veces actúan por miedo: cuando alguien critica sistemáticamente de manera ofensiva o peyorativa constituye una clara indicación de que se siente amenazado. El liderazgo demanda innovación, confrontar el status quo, promover "cambios", y la mayoría de las personas se resisten al cambio.
5. Recuerde la verdadera naturaleza del liderazgo: "un líder siempre será criticado" y el mundo, la sociedad y las empresas necesitan héroes que tengan el valor de aceptar la crítica.

Lograr que nuestros países sean vistos como emergentes, requiere que se desarrolle nuestra capacidad de tomar decisiones a todo nivel, y que se tenga la madurez necesaria para afrontar la crítica que esto pueda generar. La historia demuestra que ante cualquier cambio significativo y trascendental, siempre hubo resistencia inicial y que lo que marcó la diferencia siempre fue la persistencia.

La crítica es parte de nuestro diario vivir, así que está fuera de nuestro círculo de influencia. No es controlable. Somos nosotros quienes decidimos qué emoción tener con respecto de ella: sentirnos mal y permitir que eso nos afecte, o aprender a sobrellevarla y que no limite nuestras aspiraciones, nuestro liderazgo y nuestras metas.

Cuando esté a punto de no tomar una decisión por temor a la crítica, recuerde las palabras del filósofo griego Aristóteles: "La crítica es algo que puede evitarse fácilmente si uno no dice nada, no hace nada y no es nada". Si quiere desarrollar su liderazgo y ser inspirador para los demás, seguramente no es ese el camino adecuado a tomar.

Cuando ya esté en el campo de juego y le toque recibir críticas, no olvide que usted es el primero y único responsable de los resultados, así que si gana, celebre y comparta sus logros. Si pierde, aprenda de sus errores y no le eche la culpa a Dios, a su jefe, a su mejor amigo, ni a sus compañeros de trabajo o familiares.

Palabras clave

Toma de decisiones, manejo de la crítica, liderazgo.

Bibliografía

Cohelo, Paulo, "Brida". 2003.
Sharma, Robin, "The beauty of criti-

cism", 2011, link: <http://youtu.be/qA-fmUjLiB20>. 2011

Para conocer más sobre el tema o artículos relacionados visite el blog: www.theleaderapprentice.blogspot.com ψ

Recibido el 04-07-2012 / Aprobado el 25-08-2012



Manfredo López

El Licenciado Manfredo López es psicólogo y posee una maestría en Administración; su trayectoria profesional ha sido en el área de recursos humanos, y ha prestado sus servicios a empresas de negocios de distinta naturaleza.

Se dedica a escribir, a través de su blog: www.theleaderapprentice.blogspot.com, acerca de temas de liderazgo, capital humano y desarrollo personal entre otros. Su interés es apoyar el desarrollo integral del ser humano, así como brindar herramientas para el autoconocimiento a fin de lograr la realización personal y profesional.