



# DESCONFÍA DE TI

15/09/2021

ESPEJITO, ESPEJITO

Por: Mariana Hernández Navarro

marianahernandez@iconlead.com.mx



**El Asegurador®**  
**S E M A N A L**

SUSCRÍBETE  
[msolis@elasegurador.com.mx](mailto:msolis@elasegurador.com.mx)

Mantente informado de las últimas actualizaciones de la industria aseguradora y afianzadora en un solo lugar

En días pasados inicié un proceso de coaching con un agente de seguros que se mostraba ilusionado por comenzar una nueva carrera profesional, después de haber estado dedicado mucho tiempo a un negocio totalmente diferente.

Conforme avanzó la sesión, él comentó que su deseo era sentirse seguro y confiado ante esta nueva experiencia porque se daba cuenta de que los nervios lo traicionaban al reconocer su ignorancia en algunos aspectos del negocio; y, al compararse con otros agentes, notaba que hacía preguntas equívocas o se mantenía callado en las reuniones por miedo a cometer errores. Me expresó: "Quiero sentirme seguro de lo que digo y de lo que hago. Necesito desarrollar más autoconfianza. Creer en mis capacidades".

Desde hace mucho tiempo tengo cierto conflicto con esta expresión de "creer en uno mismo, creer en las habilidades personales o en la propia valía", porque, desde mi punto de vista, este modo de hablar nos engaña al pensar que con sólo creer que somos buenos para cierto campo la habilidad o la competencia aparecerán por arte de magia. Como si fuera una especie de hechicería: "Créetela, y tu talento aparecerá". No.

Existen situaciones en las que, más que reconocer ciertos talentos, se cae en un delirio sobre uno mismo, sin observar la dualidad que existe en cada uno de nosotros. A veces podemos mostrar alta determinación ante una tarea; y en ocasiones debemos reconocer el sentimiento de inseguridad que nos invade para cumplir con alguna labor.

Un estudio publicado en el Journal of Applied Psychology encontró que, cuando la confianza aumenta, el estudio y el esfuerzo tienden a disminuir. Esto se observa, por ejemplo, en el mundo del deporte: algunos atletas requieren sentir cierta incredulidad hacia sí mismos y hacia su técnica para entrenarse con mayor ahínco y dedicación.

Es muy sencillo observarlo de esta forma: ¿qué pasa cuando se siente confianza absoluta sobre un tema que se debe desarrollar o sobre una materia que requiere estudio para un examen? Si el nivel de confianza es profundo, el impulso de perfeccionamiento se minimiza. Por lo tanto, la aceptación de no sentirse con total confianza puede permitir que se busque mayor disciplina para el logro de los objetivos.

Es errado creer que se domina algo, o que se es mejor que los demás, incluso hasta insuperable. La falta de confianza impulsará hacia el aprendizaje; mientras que el exceso de seguridad ensorberá. Hay una línea muy delgada entre seguridad personal y arrogancia.

En esa búsqueda de un empeño adicional es relevante que vayamos de la mano de la "aceptación del yo incapaz temporal"; esto es, deberíamos asumir que el proceso de aprender cualquier habilidad nueva, concepto o destreza implicará tiempo y que se transitará por un espacio de duda y probablemente de poco entendimiento.

Y, de forma irónica, esa "aceptación del yo incapaz temporal" permitirá concentrarnos de mejor manera y estar más dispuestos para seguir aprendiendo sin flagelarnos con pensamientos como: "Esto ya lo debería saber". Tengamos en cuenta que el aprendizaje no es estático: día con día se pueden aprender nuevas perspectivas, algunas incluso por medio de la demolición de creencias que se han mantenido a lo largo de la vida.

Alguna vez alguien expresó: "Debo hacer una presentación ante el comité y tengo mucho miedo. ¿Qué debo hacer?". Y la respuesta fue: "Seguir preparándote y, si sientes miedo, tendrás que hacerlo con miedo. Sólo así te convertirás en una persona valiente y continuarás avanzando".

La realidad es que nunca será posible sentirse ciento por ciento seguro en un campo; menos aún en varios, y eso puede ser positivo. La aceptación de la duda y de la incertidumbre permitirá relacionarnos de forma más humana e indulgente con nosotros mismos.

Alguien dijo sabiamente: "Saber que puedes besar a tu novia es confianza. Creer que solo tú puedes besarla es exceso de confianza".