

Superando la Adversidad

Hay gente que ha superado cosas terribles en su vida como Earvin "Magic" Johnson quien convive con el virus del SIDA hace más de diez años. Domingo Sarmiento nos aleccionaba acerca de que "no hay dificultades invencibles para la voluntad ni inconvenientes que no haya remediado la experiencia". Pero que es la experiencia ¿lo que nos pasa o lo que hacemos con lo que nos pasa? Creo que la segunda es la correcta. La lectura, el aprendizaje de las situaciones que vivimos.

Uno le dice a los deportistas de elite que la carrera deportiva no es una carrera de 100mts. Sino una maratón de 42 kilómetros con vallas. Las vallas son los obstáculos que se nos presentan y que hay que ir superando: en el deporte, lesionarse, ser suplente, tener bajo rendimiento, ser expulsado, etc. En la vida, separarse, la pérdida de un familiar cercano, perder el trabajo, etc. El caso mas difícil que asistí en mis 15 años de atención clínica fue el de un padre que había perdido sus tres hijos adolescentes por una enfermedad congénita de los músculos que se está estudiando y que sólo se transmite a los varones a través de la madre. El alcohol era su refugio. Sin embargo después de mucho trabajo y de varios años salió adelante.

En la Empresa las cosas pueden no salir: el personal no está motivado, como Gerente tomo decisiones equivocadas, la competencia nos supera, la atención al cliente no es como yo la diagramé, la productividad de la Empresa está por debajo de la meta planteada. ¿Qué hacer? Tiro la toalla? Grito "paren el mundo que me quiero bajar"?

El deporte es más difícil que la Empresa porque vos podes hacer todo bien y perder porque el otro lo hizo mejor.

Pablo Zabaleta, capitán de la Selección Argentina sub-20 campeona del mundo en Holanda en julio del 2005 marcaba a un futbolista brasileño en un centro. Vino el centro, la marca se le escapó y gol. Empató Brasil faltando 15 minutos. Era semifinal del Mundial. Brasil nos había eliminado del Mundial 2003. Seguramente a Pablo esos pensamientos negativos le asaltaron la mente "otra vez lo mismo". Se agarró la cabeza. Sin embargo, algo había cambiado. Fue en busca de revancha. Buscó superar esa adversidad personal y del equipo y anotó el gol decisivo con el que Argentina llegó a la final a segundos del alargue. ¿Hay algo mas placentero que hacerle un gol al eterno rival y dejarlo eliminado a los 92 minutos y 24 segundos?

Hoy Pablo Zabaleta juega en España y fue vendido luego de ese gol en 5 millones de euros, de su club San Lorenzo al español.

La personalidad cuenta mucho. Pero también las metas claras, la perseverancia y el manejo del estrés y de cómo manejamos e interrumpimos los pensamientos negativos. Hay un test que mide como reaccionamos frente a situaciones de estrés y que defensas tenemos. Lo tomamos en Selección de Personal. **La tolerancia a la frustración se entrena.** Así le dije el otro día en un semáforo a un vendedor de lapiceras que había abandonado la venta en el auto 6 sin seguir hasta el auto 8 (que era yo que lo llamé y le compré) o hasta que se corte el semáforo. Rendirse nunca, retroceder, jamás... Esos son los diferentes.

Lic. Marcelo Roffé