

Fomentando una mentalidad de crecimiento

Durante tiempos de cambio e incertidumbre

Los periodos de cambio e incertidumbre pueden provocar estrés y preocupación de forma natural. Sin embargo, adoptar una mentalidad de crecimiento —una visión que ve los desafíos como oportunidades de aprendizaje y desarrollo— puede mejorar significativamente su adaptabilidad, reducir la ansiedad y mejorar su capacidad para prosperar en estos momentos.

Una mentalidad de crecimiento es la creencia de que las habilidades y la inteligencia pueden desarrollarse mediante dedicación, retroalimentación y resiliencia. Implica ver los obstáculos como oportunidades de aprendizaje en lugar de contratiempos, facilitando afrontar los desafíos, aprender de los errores y mejorar continuamente.

Beneficios de una mentalidad de crecimiento durante el cambio

- Reducción de la ansiedad y pensamientos negativos sobre incertidumbres futuras
- Mejora de la resolución de problemas e innovación
- Mayor apertura a buscar ayuda y aportaciones de otros
- Mayor resiliencia ante desafíos y contratiempos
- Mayor motivación y compromiso en el trabajo

Estrategias prácticas para fomentar una mentalidad de crecimiento

1. Replantearse su forma de pensar:

- Sustituye el diálogo interno limitante y negativo ("No puedo hacer esto") por frases orientadas al crecimiento ("Sigo aprendiendo y mejoraré con la práctica").
- Recuérdate regularmente que las habilidades y el conocimiento mejoran con el tiempo gracias al esfuerzo y la perseverancia.

2. Buscar y aceptar los desafíos:

- Ofrecerse como voluntario para tareas fuera de su zona de confort.
- Trata las nuevas tareas y situaciones desconocidas como oportunidades valiosas para adquirir nuevas habilidades.

3. Busca retroalimentación activamente: Solicita comentarios constructivos de compañeros y supervisores utilizando peticiones específicas orientadas al crecimiento como:

- "¿Podría darme alguna idea sobre cómo podría abordar esto de forma diferente la próxima vez?"
- "¿En qué áreas cree que he mejorado y dónde ve espacio para seguir creciendo?"

4. **Participa en el aprendizaje continuo:** Elige una habilidad o área de conocimiento relevante relacionada con su situación actual y programa un horario fijo cada semana para aprender a través de cursos, lecturas o debates profesionales.
5. **Celebra el aprendizaje, no solo los resultados:**
 - Identifica y reconoce los aprendizajes adquiridos a través de desafíos, contratiempos y frustraciones, no solo logros tangibles.
 - Comparte estas ideas con sus compañeros para fomentar un entorno de crecimiento y aprendizaje mutuo.

Cómo se ve una mentalidad de crecimiento en acción

- Compartiendo conocimiento abiertamente
- Colaborar activamente con otros
- Innovando y experimentando con nuevas ideas
- Buscar e incorporar comentarios regularmente
- Sentirse cómodo admitiendo errores y aprendiendo de ellos

Formas en que los gerentes pueden fomentar una mentalidad de crecimiento

Los directivos desempeñan un papel fundamental en el cultivo de una mentalidad de crecimiento dentro de los equipos, creando un entorno donde se celebra y fomenta el aprendizaje continuo y la adaptabilidad. Las estrategias clave incluyen:

- **Promover la Asunción Adecuada de Riesgos:** Apoya a los miembros del equipo que exploran nuevas ideas, sabiendo que algunas iniciativas pueden no cumplir sus objetivos iniciales pero que aún ofrecen un aprendizaje valioso.
- **Recompensar el Aprendizaje y crecimiento:** Reconoce y celebra las lecciones importantes aprendidas, incluso si los resultados no alcanzan los objetivos originales.
- **Fomentar la colaboración interfuncional:** Apoya la colaboración y el intercambio de conocimientos entre equipos, enfatizando el crecimiento mutuo por encima de la competencia interna.
- **Ofrecer oportunidades de desarrollo:** Asegura que el crecimiento profesional sea accesible para todos los empleados, asegurando que las oportunidades de progreso y desarrollo de habilidades estén ampliamente disponibles.
- **Implementar políticas concretas:** Refuerza continuamente los valores de mentalidad de crecimiento mediante políticas accionables, haciendo que los valores declarados de la empresa sean reales y alcanzables.

Reflexión y acción

Considera estas preguntas de reflexión:

- ¿Qué desafíos específicos puedo afrontar de forma diferente con una mentalidad de crecimiento?
- ¿Qué valiosas lecciones he aprendido recientemente, aunque provengan de dificultades?
- ¿Cómo puedo buscar retroalimentación para potenciar mi crecimiento?