

Redefiniendo su propósito tras la pandemia

John Coleman

Con licencia de
 **Harvard
Business
Review**

Tiempo de lectura:
2.5 minutos

DESARROLLO
PERSONAL

La vida está llena de grandes transiciones. Sin embargo, lo que es único de este momento notable de la historia es que todos acabamos de experimentar una gran transición de vida al mismo tiempo durante la pandemia de COVID-19. Y, en consecuencia, tal vez por primera vez desde al menos la Segunda Guerra Mundial, casi todos en el mundo están procesando simultáneamente cambios importantes en sus fuentes de propósito.

Esto es sísmico y tumultuoso. Es uno de los principales impulsores de la Gran Renuncia. La única pregunta ahora es si usted aceptará conscientemente esta transición y la usará para diseñar un futuro intencional y significativo.

El proceso de reflexión y acción de cada persona será diferente. Sin embargo, yo alentaría algunos principios básicos:

1. Identifique lo que es permanente.

Mientras que muchas fuentes de propósito son transitorias, algunas son fundamentales para nuestras identidades. Estas fuentes permanentes de propósito son las anclas que nos mantienen estables y nos ayudan a capear la tormenta más difícil de la vida.

En su núcleo, tiene fuentes de significado que nunca cambiarán y que lo ayudan a definir quién es usted. Identificarlas, apoyarse en ellas y aprender a construir a su alrededor es la base sobre la cual construye una transición de vida fructífera.

2. Rechace el estancamiento.

Si ha estado calladamente confinado durante gran parte de este período, ahora (o pronto) reingresará al mundo. Si ha trabajado a distancia durante dos años, lo más probable es que nuevamente cambie de hábitos y encuentre un equilibrio entre la comunidad virtual y física. Si se ha aferrado a un trabajo que lo hace sentirse atrapado, ahora es el momento de reinventarlo o dejarlo atrás.

¿Qué áreas de su vida estaban estancadas hace dos años, particularmente en su trabajo? ¿En qué hábitos pandémicos ha caído, de los cuales necesita salir? No vuelva a quien era en 2019, pero tampoco se aferre demasiado a quien fue en la cuarentena.

3. Aprenda a dejar ir.

Este artículo es útil para:

- *Diseñar un futuro intencional y significativo.*
- *Identificar lo que es permanente.*
- *Aprender a dejar ir.*

No vuelva a quien era en 2019, pero tampoco se aferre demasiado a quien fue en la cuarentena.

**DESARROLLO
PERSONAL**

Una parte necesaria de rechazar el estancamiento es dejar ir. Tal vez aprendió en los últimos dos años que ya no ama su trabajo, pero se aferró a él por miedo. Ahora es el momento de reinventarlo o dejarlo. Quizá experimentó un gran dolor (la pérdida de un ser querido, el aislamiento y la soledad, el miedo y la ansiedad) que ahora necesita lentamente dejar atrás. Tal vez desarrolló hábitos de aislamiento o distancia que necesita abandonar para sentirse nuevamente como parte de una comunidad. ¿Qué es lo que necesita dejar en tu vida para ser más feliz y satisfecho en los años venideros?

4. Abraza a los demás.

La mejor parte de que todos estemos experimentando juntos este cambio en la vida y el propósito es que ninguno de nosotros está solo. Mientras navega por una de las transiciones más importantes de su vida, está rodeado por decenas de personas que experimentan exactamente el mismo cambio.

Acérquese a ellos. Ofrézcales apoyo en su viaje y busque su consejo para el propio. ¿Esa empatía que siente por la transición de los demás? Ellos también la sienten hacia usted.

Cualquier punto de inflexión importante en la vida puede sentirse aterrador. Encontrar nuevas fuentes de significado es difícil. Y, como muchas transiciones de vida, la pandemia no fue bienvenida ni agradable. La mayor pregunta que todos enfrentamos ahora es qué sigue, y cómo podemos abrazar el propósito en nuestro futuro pospandémico.

Mientras navega por una de las transiciones más importantes de su vida, está rodeado por decenas de personas que experimentan exactamente el mismo cambio.

En su núcleo, tiene fuentes de significado que nunca cambiarán y que lo ayudan a definir quién es usted.

Sobre el autor:

John Coleman es el autor de la "HBR Guide to Crafting Your Purpose".



El servicio para desarrollar habilidades directivas con contenidos de Harvard Business Review en español.

...Porque hoy depende de usted.

www.dirigehoy.com
contacto@dirigehoy.com