

Cómo Evitar que las Expectativas Afecten tu Crecimiento Profesional



En el ámbito laboral, muchos empleados sienten frustración cuando perciben que su crecimiento profesional no avanza como esperaban. La sensación de estar “estancado” o de no tener oportunidad de ascender puede generar emociones intensas de desánimo. En el campo de la psicología organizacional, Richard Bandler y John Grinder sostienen que, en muchos casos, la forma en que interpretamos nuestra situación influye directamente en nuestras emociones y en las decisiones que tomamos.

Es posible que el primer paso sea cambiar la perspectiva: ver las limitaciones actuales como una fase que puede traer aprendizajes valiosos. También podemos explorar las metas desde un lugar de autocompromiso y habilidades blandas, como la adaptabilidad y la inteligencia emocional. Según Carl Jung, “quien mira hacia afuera, sueña; quien mira hacia adentro, despierta.” Este enfoque puede ayudarnos a dejar de depender de factores externos para nuestro crecimiento y empezar a desarrollar competencias que fortalezcan nuestro rol.

Inspirémonos en la historia de Sheryl Sandberg, directora de operaciones de Facebook, quien relata en su libro *Vayamos Adelante* cómo asumió diferentes roles con entusiasmo, descubriendo oportunidades al adaptarse en cada fase. Tal vez podríamos ver nuestro rol actual como una oportunidad para descubrir capacidades internas. ¿Y si este momento de “estancamiento” es en realidad un espacio donde podemos fortalecernos?

En nuestro blog encontrarás más reflexiones como esta. Si querés descubrir herramientas para el crecimiento personal y profesional, explorá nuestras notas y no dudes en contactarnos para trabajar juntos en alcanzar tus metas.

Lic. Ramiro Barón