

Link: <https://citymagazine.cl/mindset-innovacion-y-reinencion-personal/>

Por Darío Poblete Herrera, Coach de Negocios, Profesor de la Facultad Ingeniería y Ciencias de la **Universidad Adolfo Ibáñez** <p>Conceptualmente, podemos definir mindset como la mentalidad o conjunto de creencias y actitudes que una persona tiene hacia sí misma, los demás y el mundo.

En el caso de innovación, podemos citar la siguiente e interesante definición, “una novedad con impacto” y “juntar piezas que ya existen para la entrega de una nueva experiencia” (Perez Brea 2019). En el contexto de la innovación, el mindset juega un papel crucial en la forma en que abordamos los desafíos, generamos ideas creativas y nos adaptamos al cambio. </p> <p>Pero ¿cómo transitamos en un mundo de cambios rápidos y violentos donde la tecnología supera exponencialmente la adaptación de las organizaciones?, ¿de qué forma la generación “+50” que comenzó a trabajar en la década del 90 sin internet puede adaptarse a las nuevas realidades, innovar e incluso emprender?. </p> <p>El mindset es una teoría creada por Carol Dweck, profesora de psicología en la Universidad de Stanford, quien determinó que los seres humanos podían tener dos tipos de mentalidades o “mindsets”: “Fixed” (fija) o Growth (abierta o de crecimiento). Se basa en la forma que tienen las personas de enfrentarse a un reto, así lo señala en su libro “Mindset: La nueva Psicología del Éxito”. Centró sus estudios en el análisis de cientos de niños de Estados Unidos, y en cómo reaccionan ante los fracasos ya sea en exámenes u otras actividades escolares. Aquellos con una mente cerrada, se daban por vencidos muy pronto y se convencían no ser capaces de aprender.

Las personas con esta mentalidad piensan que se nace con una inteligencia fija imposible de cambiar, por ejemplo, son de la teoría que “si no se te dan bien los números ahora, nunca se te va a dar bien”. </p> <p>Las personas que poseen una mentalidad fija se caracterizan por:</p> <p>No creen en la cultura del esfuerzo como método para la consecución de un logro. </p> <p>Asumen los retos como amenazas. </p> <p>Relacionan el error con el fracaso, por tanto, son incapaces de aprender de los mismos. </p> <p>Se ponen a la defensiva ante algún consejo o crítica. </p> <p>Sin embargo, había otro grupo de jóvenes que, viéndose en situaciones similares, transformaron ese fracaso en una oportunidad para seguir aprendiendo para el futuro. Estaban convencidos que no tenían los conocimientos necesarios, “todavía”. </p> <p>Esta palabra es la clave de la mentalidad de crecimiento. Puede que no sepas algo ahora, pero lo sabrás en el futuro.

Es posible que ahora mismo no tengas ni idea de negocios, sistemas, finanzas, idiomas o de cualquier otra cosa, pero no lo sabes “todavía”. Ten presente que tienes la capacidad de aprender, lo único que requieres es tiempo. </p> <p>La buena noticia es que el “growth mindset” puede enseñarse. Cada vez que nuestro cerebro aprende algo nuevo, las conexiones neuronales se vuelven más fuertes y el cerebro crece.

Esto ocurre así tengamos 10,20 o 50, y más años. </p> <p>Desarrollar una mentalidad abierta o de crecimiento lo conseguirás sólo si estás dispuesto a hacer el esfuerzo de salir y aprender. ¿Sabías que en Silicon Valley apuestan por esta teoría y la implementan en su día a día?</p> <p>Las personas que aprenden a desarrollar una mentalidad abierta o de crecimiento, se caracterizan por:</p> <p>Ver el esfuerzo como algo inherente a cualquier proceso de aprendizaje. </p> <p>Entienden que el esfuerzo es lo que hace posible mejorar en una habilidad. </p> <p>Son conscientes de que los errores forman parte del aprendizaje. </p> <p>Asumen los retos como algo necesario y, por tanto, no rehúyen de ellos. </p> <p>Es más, son capaces de superarse pese a la adversidad porque son personas resilientes. </p> <p>Son buenos oyentes y, por tanto, escuchan y valoran las críticas constructivas y los consejos. </p> <p>Conociendo los aspectos que caracterizan a las personas que se asumen con mentalidad fija o de crecimiento, te pregunto: ¿ En cuál te ubicas?, o mejor, ¿En cuál quieres estar?</p> <p>Si optas por la mentalidad del crecimiento, tu palabra clave, a partir de este momento, será la determinación.

Y en esa determinación te recomiendo cada día aplicar estas seis estrategias para favorecer esa mentalidad de crecimiento:</p> <p>Asume a diario nuevos retos, no le temas al cambio. </p> <p>Mantén un enfoque positivo. </p> <p>Entiende que cada uno posee determinadas habilidades. Sin embargo, el auténtico talento se hace, se practica, se trabaja a diario. </p> <p>Sé selectivo con las críticas, valora las útiles, las que te ayuden a crecer. Ignora las demás. </p> <p>Ten disciplina, perseverancia y apertura.

El éxito no es fortuito, todo triunfo y logro implica trabajo, persistencia y confianza en ti mismo. </p> <p>Ten presente siempre la palabra “todavía”. Aún no has alcanzado el umbral del éxito, pero lo alcanzarás. </p> <p>Para asumir una mentalidad de crecimiento debes en primer lugar aceptarte a ti mismo, no concebirte como un ser realizado, sino como una persona orientada al cambio.

Mindset, innovación y reinención personal

miércoles, 8 de noviembre de 2023, Fuente: citymagazine



Por Darío Poblete Herrera, Coach de Negocios, Profesor de la Facultad Ingeniería y Ciencias de la Universidad Adolfo Ibáñez: Conceptualmente, podemos definir mindset como la mentalidad o conjunto de creencias y actitudes que una persona tiene hacia sí misma, los demás y el mundo. En el caso de innovación, podemos citar la siguiente e interesante definición, “una novedad con impacto” y “juntar piezas que ya existen para la entrega de una nueva experiencia” (Perez Brea 2019). En el contexto de la innovación, el mindset juega un papel crucial en la forma en que abordamos los desafíos, generamos ideas creativas y nos adaptamos al cambio. Pero ¿cómo transitamos en un mundo de cambios rápidos y violentos donde la tecnología supera exponencialmente la adaptación de las organizaciones?, ¿de qué forma la generación “+50” que comenzó a trabajar en la década del 90 sin internet puede adaptarse a las nuevas realidades, innovar e incluso emprender? El mindset es una teoría creada por Carol Dweck, profesora de psicología en la Universidad de Stanford, quien determinó que los seres humanos podían tener dos tipos de mentalidades o “mindsets”: “Fixed” (fija) o Growth (abierta o de crecimiento). Se basa en la forma que tienen las personas de enfrentarse a un reto, así lo señala en su libro “Mindset: La nueva Psicología del Éxito”. Centró sus estudios en el análisis de cientos de niños de Estados Unidos, y en cómo reaccionan ante los fracasos ya sea en exámenes u otras actividades escolares. Aquellos con una mente cerrada, se daban por vencidos muy pronto y se convencían no ser capaces de aprender. Las personas con esta mentalidad piensan que se nace con una inteligencia fija imposible de cambiar, por ejemplo, son de la teoría que “si no se te dan bien los números ahora, nunca se te va a dar bien”. Las personas que poseen una mentalidad fija se caracterizan por: No creen en la cultura del esfuerzo como método para la consecución de un logro. Asumen los retos como amenazas. Relacionan el error con el fracaso, por tanto, son incapaces de aprender de los mismos. Se ponen a la defensiva ante algún consejo o crítica. Sin embargo, había otro grupo de jóvenes que, viéndose en situaciones similares, transformaron ese fracaso en una oportunidad para seguir aprendiendo para el futuro. Estaban convencidos que no tenían los conocimientos necesarios, “todavía”. Esta palabra es la clave de la mentalidad de crecimiento. Puede que no sepas algo ahora, pero lo sabrás en el futuro. Es posible que ahora mismo no tengas ni idea de negocios, sistemas, finanzas, idiomas o de cualquier otra cosa, pero no lo sabes “todavía”. Ten presente que tienes la capacidad de aprender, lo único que requieres es tiempo. La buena noticia es que el “growth mindset” puede enseñarse. Cada vez que nuestro cerebro aprende algo nuevo, las conexiones neuronales se vuelven más fuertes y el cerebro crece. Esto ocurre así tengamos 10,20 o 50, y más años. Desarrollar una mentalidad abierta o de crecimiento lo conseguirás sólo si estás dispuesto a hacer el esfuerzo de salir y aprender. ¿Sabías que en Silicon Valley apuestan por esta teoría y la implementan en su día a día? Las personas que aprenden a desarrollar una mentalidad abierta o de crecimiento, se caracterizan por: Ver el esfuerzo como algo inherente a cualquier proceso de aprendizaje. Entienden que el esfuerzo es lo que hace posible mejorar en una habilidad. Son conscientes de que los errores forman parte del aprendizaje. Asumen los retos como algo necesario y, por tanto, no rehúyen de ellos. Es más, son capaces de superarse pese a la adversidad porque son personas resilientes. Son buenos oyentes y, por tanto, escuchan y valoran las críticas constructivas y los consejos. Conociendo los aspectos que caracterizan a las personas que se asumen con mentalidad fija o de crecimiento, te pregunto: ¿En cuál te ubicas?, o mejor, ¿En cuál quieres estar? Si optas por la mentalidad del crecimiento, la palabra clave, a partir de este momento, será la determinación. Y en esa determinación te recomiendo cada día aplicar estas seis estrategias para favorecer esa mentalidad de crecimiento: Asume a diario nuevos retos, no le temas al cambio. Mantén un enfoque positivo. Entiende que cada uno posee determinadas habilidades. Sin embargo, el auténtico talento se hace, se practica, se trabaja a diario. Sé selectivo con las críticas, valora las útiles, las que te ayuden a crecer. Ignora las demás. Ten disciplina, perseverancia y apertura.

Recuerda, que el ser humano, es cambio y movimiento, es evolución, apertura y aprendizaje continuo. </p> <p>No existe una manera fácil de afrontar el futuro, y nunca será fácil ver el mundo de manera distinta y de asumir los cambios. Pero entender que se está a tiempo de desaprender lo aprendido, de cambiar el rumbo y abrirte al crecimiento. Lo único que debemos hacer es abrazar al cambio y reinventarse, en el camino ya se estará innovando. </p>