

¿Qué es tomar decisiones? (algo más que cara o cruz)

1. ¿QUIERE APRENDER A DECIDIR? TOME SU DECISIÓN

La gente suele decir que les resulta difícil tomar decisiones.

Por desgracia todos tenemos que tomar decisiones todo el tiempo, que van desde temas triviales como qué almorzar, hasta las decisiones que cambian la vida; por ejemplo: dónde y qué estudiar, si casarse y con quién, si mudarse de ciudad o de país, si cambiar de trabajo, si pactar un acuerdo, si comprar un coche color fucsia...

Algunas personas postergan tomar decisiones hasta reunir una gran cantidad de información o conseguir que otras personas les den recomendaciones sobre qué es lo que deben hacer.

Otros suelen decidir lanzando una moneda al aire a ver si sale “cara” o “cruz”A

2. ¿QUÉ ES TOMAR DE DECISIONES?

En su sentido más simple, la toma de decisiones es el acto de elegir algo entre varias opciones. En un sentido más amplio la toma de decisiones consiste en elegir y adoptar una solución entre todas las posibles soluciones a un problema.

Este proceso de “elección”, más simple o más complejo dependiendo de la naturaleza del dilema que tenemos que solucionar, pueden hacerse a través de alguno de estos procesos: intuitivo, razonado, o una combinación entre ambos..

3. INTUICIÓN

Sencillamente, se trata de seguir lo que le sugiere su 'corazonada' acerca de qué es lo más conveniente hacer sobre todos los cursos de acción posibles. Más en detalle: es la capacidad de procesar al instante los datos que se ven y los que se suponen que están allí para llegar a la decisión más acertada posible.

Aunque la gente habla de la intuición como si se tratara de algo “mágico”, la intuición es en realidad un proceso que combina nuestra experiencia pasada, con nuestros valores, creencias y la esperanza de cómo será el futuro que deseamos. Refleja lo aprendido, sobre los que deseamos que ocurra en el futuro.

3.1. INTESTINO VS CEREBRO

Nuestro cerebro merece el “derecho de la duda”

Sin embargo, no siempre se basa en la realidad; a veces sólo consideramos percepciones subjetivas o ilusiones, muchas de las cuales se pueden haber formado en nuestra infancia y pueden no haber madurado a través del tiempo.

Por lo tanto, vale la pena prestar atención a las señales que se sienten en “el intestino”, especialmente si él manifiesta un cosquilleo inquieto en contra de un determinado curso de acción que estamos por tomar.

Por lo menos, nuestro intestino merece el “derecho de la duda” y que revisemos los posibles motivos por los que reprueba lo que nuestro cerebro está tratando de provocar que hagamos aun cuando sentimos que no es lo más conveniente para nosotros.

3.2. APRENDER A INTUIR

Aunque ser intuitivo es inherente a la naturaleza humana, la “intuición” como capacidad para evaluar rápidamente si una decisión es beneficiosa o no, antes de tomarla, es una habilidad que se puede aprender.

En el entrenamiento militar, es frecuente llevar a los reclutas a situaciones inesperadas, en escenarios peligrosos, donde deben analizar muy rápidamente cuál es el problema y saber la respuesta correcta con cantidades limitadas de información y pocas herramientas para ayudarles a saber qué es lo que conviene hacer.

Para aprender a ser intuitivo hay tres claves básicas:

3.2.1. CLAVE 1: ACEPTAR AL CONOCIMIENTO INFORMAL

El conocimiento informal es tan útil como el enciclopédico

Debemos considerar que la intuición no es lo mismo que “adivinar”. Es un **conocimiento informal**, no sistemático, ni enciclopédico.

Esto es, una cosa es saber que 2×2 es igual a 4, y otra cosa es intuir que 2 veces 2 no es mucho.

Lo que implica que, si bien tenemos que tener alguna experiencia sumando “palotes” y una noción de lo que consideramos que es “mucho” y que es “poco”, no es necesario que sepamos la tabla del 2.

3.2.2. CLAVE 2: APRENDER CONTINUAMENTE

Quienes más saben, intuyen mejor

Tenemos que adquirir conocimientos a través del estudio formal o experimentando.

Cualquiera de las dos maneras de adquirir conocimientos es válida, aunque a medida que vamos madurando apreciamos que la experiencia práctica siempre tiene más valor que la teoría.

Porque para que nuestra capacidad intuitiva funcione mejor debemos ganar el máximo conocimiento posible a partir de considerar detalles complementarios que aparentemente no son importantes o que parecen no tener una conexión directa con nuestro tema y experimentar para ver cómo funciona ese tema en diferentes contextos.

3.2.3. CLAVE 3: MEDITAR

Meditar es una actividad similar a los análisis basados en la suposición "*¿qué pasaría si?*", utilizando su imaginación o tratando de llenar los vacíos en su conocimiento con conjeturas que puede ir elaborando si modifica, pacientemente, las relaciones entre todos los conocimientos que usted ya posee.

El hecho de que usted sabe mucho sobre algo, no significa que usted sepa cómo usar ese conocimiento con destreza. Deténgase y piense en ello.

Es necesario encontrar un poco de tranquilidad y sólo pensar en los problemas que tiene; o mejor aún, pensar en los problemas que ha tenido para volver verlos desde otras perspectivas y descubrir otras nuevas, y quizás mejores, formas de solucionarlos aprovechando que ya tiene un conocimiento previo de lo que ha ocurrido con las decisiones que ha tomado pasado.

La meditación es una capacidad de su pensamiento con habilidad para resolver los problemas a los que usted se enfrenta sólo con la información que tiene disponible. La clave aquí es que usted tiene un stock de conocimientos previos que pueden ser conectados entre sí de diferentes maneras para crear nuevas formas de resolver nuevos problemas o tomar de una manera más eficiente decisiones más eficaces.

4. RAZONAMIENTO

El razonamiento es un proceso cognitivo para tomar decisiones que utiliza estrictamente los datos objetivos que se disponen. Se basa en los hechos evidentes; por lo tanto, omite los sentimientos emocionales, las creencias y las valoraciones subjetivas que pueden influir en la adopción de decisiones.

Esto no invalida, ni contradice, que la intuición es un medio perfectamente aceptable para tomar una decisión. Aunque en general es más apropiado considerar usar las intuiciones que los razonamientos lógicos cuando la decisión es acerca de un asunto simple o sobre una cuestión que necesita ser resuelta muy rápidamente.

Las decisiones sobre asuntos complicados, o que pueden involucrar riesgos significativos, necesitan un enfoque más estructurado, previniendo que las reacciones impulsivas personales no desencadenen más problemas que aquellos que se intenta solucionar.

Más adelante, en este programa de especialización, conoceremos los principales métodos y modelos de análisis de datos que permiten crear y gestionar procesos de toma de decisiones estructurados.

5. TOMAR DECISIONES APLICANDO INTUICIÓN Y RAZONAMIENTO

Otra forma de decidir, como dijimos, es aplicar los dos procesos a la vez con el propósito de refinar la calidad de las decisiones.

Es útil comenzar con un razonamiento lógico, para recopilar información relevante sobre aquello que tenemos que tomar una decisión, y una vez que tenemos una base confiable de datos para "tomar la decisión", es el turno de dejar que fluya nuestra capacidad intuitiva para saber *"¿cómo me siento acerca de la "respuesta"? ¿Me siento bien con esto que voy a decidir hacer?"*

Cuando se "siente" algún tipo de disonancia entre lo que se quiere hacer y lo que se evalúa que es conveniente decidir, entonces es necesario meditar sobre por qué no nos gusta lo que parece razonable decidir.

6. RECOMENDACIÓN

Una recomendación: cuando tenga que tomar una decisión importante, aquellas decisiones que usted sabe que pueden tener un impacto significativo en su vida, en su trabajo o en su organización, trate siempre de analizar los hechos antes de decidir contraponiendo los datos, la información relevante y sus sentimientos con lo que usted intuye que puede ocurrir para bien o para mal como resultado de su decisión. Es una falacia, una fantasía, una "leyenda urbana", considerar que las decisiones siempre se deben tomar con "la cabeza fría" sin tener en cuenta los sentimientos emocionales que intervienen antes y durante el proceso de toma de decisión. No es realista, porque en toda decisión, por abajo, por arriba y adentro de los modelos racionales para analizar los datos existen las pasiones, las creencias, los prejuicios, los temores, los rituales y los mitos personales.

7. CONSEJO

Un consejo: si no usted no se siente emocionalmente comprometido con la decisión que va a tomar, no la lleve a la práctica.

Muchas veces, las decisiones adoptadas sólo por cuestiones "razonables" no terminan siendo acciones emocionalmente sustentables en el tiempo y esto podría provocarle más prejuicios que beneficios.

Veamos cómo funciona esta combinación entre intuición y razonamiento ejercitando con la siguiente decisión que tuvo que tomar mi prima Josefina... pobre Josefina, es tan fea que por poco se nos queda soltera por no saber tomar la decisión correcta.