

Las raíces intelectuales de *The Balancing Act*

Todos los Programas de *The Balancing Act* surgieron de la metodología de *The Balancing Act* descrita originalmente por Sharon Seivert en su libro de 2001 del mismo nombre. Estos Programas incluyen: Desarrollo de liderazgo, Transición de carrera profesional, Éxito empresarial, Coaching ejecutivo, Formación de equipo, Transformación organizativa y el "*Compass Course*" (*Curso de la brújula*) para jóvenes y profesores.

Los programas de *The Balancing Act* son notablemente efectivos porque tienen profundas raíces intelectuales que proporcionan beneficios de distintas corrientes de pensamiento y descubrimiento. Estas incluyen: filosofía, práctica empresarial, psicología, biología, plantillas arquetípicas, pensamiento sistémico, e investigaciones recientes sobre la mejor manera de crear mejor suerte y aumentar las probabilidades de éxito en los esfuerzos de cambio.

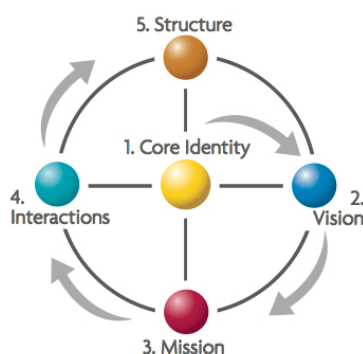
1. Pragmatismo
2. Prácticas de mejora de calidad / de negocio
3. Los 5 elementos del éxito
4. Biología / Autopoiesis
5. Psicología positiva / felicidad
6. Pensamiento sistémico
7. Investigación del cambio
8. Creando mejor suerte

Pragmatismo es una filosofía estadounidense que puede ayudarte a aprender *en la práctica* qué funciona, qué no funciona y porqué. El pragmatismo apunta a obtener resultados sólidos y sostenibles a través del aprendizaje continuo y la adaptación. Aquí, adaptación significa "mostrar o tener la capacidad de adaptarse a situaciones nuevas o especiales; ser flexible; realizar un ajuste con éxito." Conforme las industrias y la sociedad cambien, necesitarás herramientas que aumenten tu capacidad de recuperación y tu capacidad de aprender y de adaptación, a pesar del entorno cambiante. El pragmatismo puede ayudarte a identificar honestamente, en tiempo real, lo que no funciona y determinar después un comportamiento más productivo, y a adaptarte en consecuencia.

Mejora de la Calidad: El ciclo PHVA (Planificar, Hacer, Verificar, Actuar), en inglés PDCA (Plan, Do, Check, Act) utilizado para mejorar la calidad, fue diseñado por Walter Shewhart y popularizado por su alumno más conocido, W. Edwards Deming. Su trabajo proviene directamente del linaje intelectual de los pragmáticos de Harvard, incluidos John Dewey, William James, C. I. Lewis, E. A. Singer, y el "padre" del pragmatismo, Charles Sanders Peirce. Estos pragmáticos estaban interesados en descubrir el método más lógico para desarrollar el conocimiento para la acción, es decir, el proceso mediante el cual aprendemos cómo funciona (o no funciona) algo y porqué. Muchas de las filosofías de gestión empresarial más críticas de finales del siglo XX (gestión de calidad total o TQM – Total Quality Management-, gestión del conocimiento, aprendizaje en la acción, y aprendizaje de cuestiones organizativas) tienen su origen en el trabajo de los pragmáticos estadounidenses. Por ejemplo, el ciclo de acción-aprendizaje de Kolb se basa en el ciclo PHVA (Planificar, Hacer, Verificar, Actuar - PDAC en inglés)

Los Cinco Elementos del Éxito provienen de un instinto humano profundo e intercultural (conocido como *arquetipo*). Ha surgido durante milenios en todo el mundo como una "brújula" que señala el camino hacia la salud, el bienestar y el éxito. Esta imagen atemporal del centro y las 4 direcciones se puede ver no solo en la imagen de la brújula, sino también en la rueda de la medicina de los nativos americanos, en la Cruz, en la cosmología del Congo, e incluso en los diamantes de béisbol! La universalidad del modelo de cinco elementos se traduce en que los líderes captan rápidamente la lógica subyacente de *The Balancing Act*. Esta comprensión innata traspasa grupos de edad, raza, cultura y género; de hecho, es una plantilla instintiva con la que cada ser humano está familiarizado.

Cuando conectas cada uno de los 5 *Elementos del Éxito*, forman la *Espiral de Sinergia (Spiral of Synergy™)* (ver el diagrama a continuación) que describe un enfoque natural y holístico de la vida, el trabajo y las relaciones. Este proceso difiere del ciclo PHVA (Planificar, Hacer, Verificar, Actuar. PDAC) en que comienza en la "esencia" de un individuo con 1) Auto-referencia (consultar el diagrama a continuación.) Este punto central de tu Esencia (identidad y valores) forma un fuerte punto gravitacional de auto-referencia para todas tus decisiones y acciones. A partir de la Esencia, puedes construir tu vida y tu trabajo proactivamente, de adentro hacia afuera, asegurándote de que todas tus decisiones y acciones están alineadas y son coherentes. Esta plantilla instintiva de *The Balancing Act*, también proporciona una poderosa capacidad generada internamente para gestionar mejor el estrés y protegerse contra las tentaciones de la corrupción.



Desde este punto gravitacional de auto referencia, el proceso de *The Balancing Act* pasa a un ciclo de aprendizaje de 1) acción PHVA (Planificar, Hacer, Verificar, Actuar), 2) pensar (Visión), 3) experimentar (Misión), 4) reflexionar (Interacciones) y 5) implementar (Estructura). Estos pasos forman una lista de verificación que te trata como a una persona completa (con Alma, Mente, Voluntad, Emociones y Cuerpo). La *Espiral de aprendizaje Esencial* se describe en detalle en *Knowledge Leadership (Liderazgo del conocimiento)* (Cavaleri / Seivert, 2005), *The Balancing Act* (Seivert, 2001), *Working from Your Core (Trabajar desde tu esencia)* (Seivert, 1998) y *SOS: Switch off Stress (Apagar el estrés)* (Seivert, 2014)

Biología / Autopoiesis es la cuarta raíz de este modelo innovador. *The Balancing Act* es un modelo evolutivo natural y orgánico. Específicamente, el concepto biológico de *autopoiesis* subraya la necesidad de que comiences cualquier esfuerzo de cambio personal y profesional desde tu propia "esencia" personal.

Descubrimientos científicos recientes ilustran cómo los sistemas vivos, incluidos los seres humanos, pueden renovarse continuamente. Los biólogos y los físicos ahora saben que cada vez que un organismo cambia, primero se "remite" a sí mismo. Cualquier forma futura que tome será completamente coherente con su identidad. El instinto de un sistema vivo por la integridad interna es tan fuerte que "mantiene el recuerdo de su camino evolutivo" y, cuando está bajo bastante estrés, "se retira por el mismo camino". Es decir, regresa en espiral a su centro. Otra forma de decir esto es que los arcos no se convierten en cactus, no importa cuán seco sea el clima, solo encuentran una forma de adaptarse a la sequía, a la vez que conservan su esencia como arcos. La *autopoiesis* es una de las razones por las que las personas pueden resistir el oportunismo y la corrupción; dejando a un lado todos los aspectos externos, intuitivamente saben que lo más importante es mantenerse fieles a su propia esencia, la mejor parte de sí mismos, mientras se enfrentan a tiempos difíciles, y que el tiempo les dará la razón.

Entonces, para hacer cualquier cambio efectivo y duradero en tu vida, relaciones o trabajo, primero tienes que descubrir (y luego desarrollar y experimentar) tu propia identidad. No hay un estereotipo sobre las mejores maneras de ser un buen líder, padre, profesor o persona. Mediante un pragmático proceso diario, puedes aprender cómo te pareces a los demás y también cómo eres diferente. Esto te ayudará a descubrir en la práctica diaria qué funciona bien y qué no. Al comenzar el proceso de 6 pasos con la *auto-referencia*, imitarás el guion de la naturaleza para el aprendizaje orgánico, la adaptación y la evolución. Y, al trabajar

en entornos grupales que proporcionan el trabajo y la vida diaria, puedes ayudar a otros a evolucionar conjuntamente, es decir, a apoyarse mutuamente en un crecimiento óptimo que también transforme estos sistemas.

Psicología Positiva. Recientemente los investigadores han demostrado ampliamente que es mucho más saludable estar feliz que estar triste. Además, tu felicidad es importante no solo para ti, sino también por el bien de todos los que te rodean, tus compañeros, estudiantes, hijos, vecinos, etc., porque el grado de tu salud mental y estabilidad se extiende (positiva o negativamente) al resto de cualquier sistema en el que vivas y trabajes. Martin Seligman, a quien se le atribuye la creación del creciente campo de la Psicología Positiva, enumera **7 factores clave para la felicidad**. Estos son: tus relaciones, cuidado de los demás, ejercicio, flujo (trabajar hacia una meta con sentido), compromiso con una vida con significado espiritual, uso de tus fortalezas en tu vida y mentalidad positiva.

Por lo tanto, una de las mejores cosas que puedes hacer para ti mismo y para otras personas importantes para ti es desarrollar la "**Felicidad Esencial**" (*Core Happiness*) (felicidad eudaimónica o impulsada por un propósito). Este tipo de felicidad no proviene de grandes bonificaciones, salarios enormes, ventajas fabulosas o segundas residencias de vacaciones (estos aportan felicidad hedónica, pero son más bien transitorios en su efecto sobre la felicidad). La felicidad Esencial es profundamente más satisfactoria, más duradera y, en realidad, se encuentra en una parte del cerebro distinta a la de la felicidad hedónica. Además, la Felicidad Esencial proporciona una fuerte protección contra el oportunismo y la corrupción, mientras que el deseo de felicidad hedónica en realidad podría pelear por ellos. [Más información.](#)

El **Pensamiento Sistémico** se basa en uno de los primeros enfoques de "pensamiento sistémico" conocidos por la humanidad, como es el sistema equilibrado y alineado formado por el centro y las 4 direcciones (que incluye los elementos de Esencia, Aire, Fuego, Agua y Tierra – presentes en la ciencia occidental temprana y en muchos sistemas de curación indígenas).

The Blancing Act sigue este enfoque sistémico holístico y atemporal en todos sus programas. Concretamente, los programas de *The Blancing Act* emplean el pensamiento sistémico para:

- **Animar** a las personas a pensar en sí mismas dentro de sistemas más grandes y entrelazados (escuelas, familias, vecindad, ciudad), afectándose todos entre sí de manera positiva o negativa.
- **Desarrollar formas de trabajar** con otros para unificar y optimizar los esfuerzos en todo el sistema.
- **Crear oportunidades** para la experimentación y el aprendizaje innovador (de descubrimiento)
- **Crear sinergia** que conecte los esfuerzos individuales para aprovechar y aumentar los esfuerzos combinados.

Además, los programas *The Blancing Act* son sistémicos en el sentido de que te ofrecen a ti, a tu organización, escuela y país un paradigma integral que funciona bien desde el nivel micro (individual) hasta el nivel macro (organización, industria, comunidad, nación) y viceversa. Es decir, el enfoque de *The Blancing Act* te proporciona una plantilla y un lenguaje útiles para que puedas transferir percepciones y soluciones de una parte de los sistemas completos en los que vives y trabajas, hacia otros.

Y quizás más importante aún es que el enfoque de *The Blancing Act* proporciona un contexto poderoso, (en el cual replantear), o una lente (con la que obtener una nueva visión) de cada problema que te surja. De esta manera, podrás crear y aprovechar mejor la poderosa Sinergia que necesitas para abordar, no solo tu propia eficacia personal y profesional, sino también para desentrañar simultáneamente problemas organizativos sociales, políticos, ambientales y económicos, que son complejos y obstinadamente resistentes.

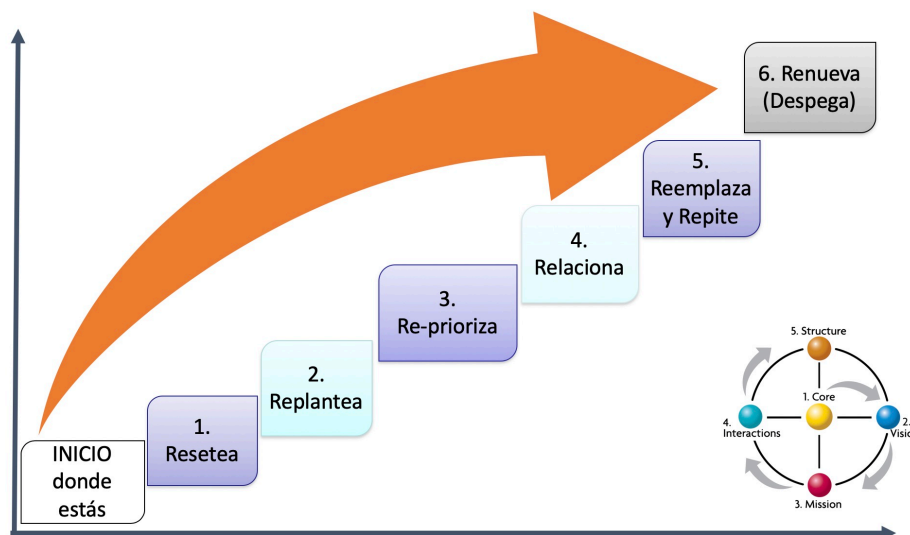
Investigación del Cambio. Cambiar los hábitos arraigados como respuesta al estrés es extremadamente difícil. Esto es cierto incluso cuando ese cambio es vital para la supervivencia. De hecho, según una investigación innovadora realizada por Alan Deutschman, solo 1 de cada 9 personas realmente hará un cambio de estilo de vida sostenible, incluso si se les dice que deben Cambiar o morir (*Change or Die* - título de su excelente libro). Deutschman descubrió que las personas no responden de manera duradera a las 3

"F" (Miedo, Fuerza o Hechos, en inglés Fear, Force or Facts), por lo que los esfuerzos de cambio basados en ellos no van a funcionar bien.

Sin embargo, más del 90% de los sujetos de Deutschman realizaron con éxito cambios a largo plazo cuando siguieron las tres "R" (Replantear, Relacionar, Repetir). Mis compañeros y yo estuvimos encantados de descubrir el trabajo de Deutschman porque sus tres "R" están contenidas en los **6 pasos del proceso de CAMBIO de *The Balancing Act*** y muestran, en parte, porqué *The Balancing Act* ha tenido tanto éxito en ayudar a sus clientes a realizar cambios duraderos en su vida, sus relaciones y su trabajo.

A continuación, se detalla el **proceso de cambio pragmático y fácil de seguir de *The Balancing Act***. Estos seis pasos reflejan los 5 elementos de éxito y sinergia, que proporcionan un contexto holístico y sistémico para los tres pasos "R" recomendados por Deutschman en *Change or Die (Cambiar o morir)*.

Cambia tus probabilidades de éxito del 1 al 9 → 90%



Obtén más información sobre cómo puedes utilizar el poderoso **Proceso de Cambio de *The Balancing Act*** para cambiar tus probabilidades de éxito.

Mejorar la Suerte. El investigador británico Richard Wiseman dedicó ocho años a estudiar a personas que se consideraban afortunadas y personas que no, luego plasmó sus conclusiones en un libro titulado *The Luck Factor (El factor suerte)*. Llegó a la conclusión de que las personas no "nacen" afortunadas o desafortunadas, y que los factores que se detallan a continuación no solo diferenciaban a las personas afortunadas, sino que también indica la forma en que las personas pueden mejorar su suerte:

1. Maximiza las probabilidades de oportunidad
2. Escucha las corazonadas de suerte
3. Espera buena fortuna
4. Convierte la mala suerte en buena suerte

Siguiendo el proceso de *The Balancing Act* que se muestra en las imágenes anteriores, puedes fortalecer los factores de "buena suerte" de Wiseman y mejorar tu propia suerte. Obtén más información sobre cómo hacerlo.

¡BUENA SUERTE!

Sharon Seivert © 2020