

Un impostor entre nosotros

Por:

MEHAK ABDUL FLORES
BEATRIZ ORBEGOZO FLORES

La autoconfianza es como la sombra que nos protege en un día caluroso, nos brinda seguridad y protección, sin embargo, cuando no está, brilla por su ausencia. En términos formales, se puede ver como una visión de la probabilidad que se tiene para lograr un objetivo basándose en nuestras experiencias pasadas. Cuando aprendes el uso de un instrumento arduamente, tu confianza en esta habilidad aumenta, por el contrario, si en algún momento decidiste contar un dato personal con un grupo de personas, y estas se burlaron de ti, es probable que para una siguiente ocasión evites mencionarlo. La autoconfianza va más allá de cómo te manejas en un área en específico, esta refleja una visión más amplia de ti como persona.

Es inevitable no mencionar al síndrome del impostor cuando hablamos de autoconfianza, la incapacidad de internalizar nuestros logros, de sentir que no estamos a la altura a pesar de haberlo demostrado anteriormente, invalidamos nuestra creatividad, logros académicos o laborales. Este cruel error de la mente se puede convertir en un muro que cada vez es más complicado de trepar, y en esta situación la sombra ya no genera comodidad, sino frío y soledad. ¿Por qué nuestra mente trata de sabotearnos?, ¿Acaso no merecemos celebrar los méritos?, nos convertimos en nuestra peor pesadilla de la cual nos preguntamos: ¿Hay escapatoria?.



Al experimentar este problema, tenemos ser “desenmascarados” de la supuesta farsa y vivimos con esta preocupación día tras día esperando encontrar la luz al final del túnel sin considerar que tal vez, el túnel es de vidrio y la luz nunca se disipó, en donde el síndrome del impostor se convierte en un superpoder. Convertir nuestros sentimientos de insuficiencia en incentivos de superación y motivación a desempeñarse mejor y darnos cuenta que no está mal dudar de uno mismo, que el síndrome del impostor no es puramente perjudicial.

El síndrome del impostor como antes fue mencionado no es

puramente negativo ya que nos motivamos intensamente a demostrarnos algo a nosotros mismos y trabajar manera eficaz, buscando mejorar nuestras capacidades y habilidades. En lugar de frenarnos, puede impulsarnos.

Si bien podemos encontrar el vaso medio lleno si vemos el síndrome del impostor de una manera positiva, la autoconfianza es necesaria en nosotros como profesionales, porque nos anima a enfrentar nuevos retos sin miedo, pues la autoconfianza nos lleva a sentirnos capaces de lograr todo lo planteado para llegar a una meta.

Si empiezas a dudar de ti mis-

mo, estas en el punto de partida para empezar a ser una persona más fuerte y segura, debes estar consciente de eso, realizar una introspección profunda, te tomará un tiempo llegar al lugar correcto, solo fomenta tu autoconfianza y estarás un paso más cerca de sentirte seguro.

Todos dudamos de nosotros por distintas razones, pero queda en nosotros tomar acción para no quedarnos estancados sino aprovechar ese bache para volver más fuerte y más confiando. Ejercer la carrera en un inicio nos llena de miedos, pero siempre hay manera de superarlos, con la práctica y la autoconfianza.