

PARA UBICARTE EN EL MUNDO, R.I.E.

Natalia Mesa*



Todos los seres humanos nos enfrentamos a situaciones tan cotidianas que las realizamos sin el mayor esfuerzo y de manera casi automática, como bañarse antes de salir de casa, usar un medio de transporte para desplazarse o tomar las comidas diarias. Sin embargo, hay sucesos que nos obligan a detenernos para pensar y leer adecuadamente el contexto para adaptarse a él. En muchas ocasiones, podemos tener claro cuáles son nuestros objetivos o hacia dónde queremos dirigir nuestra vida, pero nuestras palabras, acciones o actitudes pueden llevarnos en contravía de aquello que deseamos. Por eso, es necesario ubicarnos en el mundo, porque solo así podremos adaptarnos a dicho contexto y alcanzar lo que se desea, no por casualidad sino por pura voluntad consciente.

Nunca es tarde para empezar a ser conscientes de nosotros mismos y de lo que nos rodea, pero es mucho más provechoso empezar a ser un atrapador de oportunidades desde temprana edad. “De modo que parece prudente fijarnos bien en lo que hacemos y procurar adquirir un cierto saber vivir que nos permita acertar” (Savater, 1991, pg. 32). Para convertirse en un excelente atrapador de oportunidades y ampliar las probabilidades de éxito ante cualquier situación que se presente, propongo la fórmula **R.I.E.** que consta de tres pasos: (1) Reflexionar sobre sí mismo, (2) Informarse al máximo y (3) Experimentar.

Son tres acciones que combinadas, lo ayudarán a interpretar y aprovechar distintas situaciones, desde las más cotidianas, como agradecerle a la familia de su pareja, hasta las más complejas, como ser admitido en la universidad o conseguir el trabajo de sus sueños.

Para que la herramienta **R.I.E.** funcione es necesario partir de una realidad: a partir de los 14 años cualquier individuo es considerado como una persona con responsabilidades, que piensa por sí mismo y que decide por sí mismo. Como es usted quien tiene la libertad de elegir, de decir “sí” o “no”, es usted quien debe responder por cada una de sus decisiones y asumir sus consecuencias. Partiendo de esta realidad y asumiendo esa autonomía, ahora la herramienta cobra más sentido.

El primer paso de la herramienta es la R, de **Reflexionar sobre sí mismo**. La re-

*Antropóloga de la Universidad de los Andes. Equipo de Diseño y Desarrollo de Proyectos, Fundación Santa Isabel

flexión es un ejercicio introspectivo y personal que muchos pensarán es solo asunto de filósofos o sentirán que no saben por dónde empezar o sobre qué aspectos debe reflexionar. Lo cierto es que “algunos más que otros, pero todos, en algún momento, reflexionamos sobre la esencia, sobre el sentido de la vida” (Gaviria, 2018, pg.178). Este ejercicio individual de observarse hacia adentro es imprescindible para tener claro quién es usted y desde qué posición se está parando en el mundo. Para guiar esta reflexión, hágase las preguntas correctas y piense en usted a partir de tres relaciones específicas:

I. Yo con yo: No necesita de nada ni de nadie para esta relación, pues es solo con usted mismo. Pregúntese por los siguientes aspectos en su vida:

1. *Me cuido:* ¿Mantengo una alimentación saludable? ¿Realizo ejercicio con la frecuencia e intensidad necesaria? ¿Dispongo de tiempo para mí mismo? ¿Fortalezco mi espiritualidad?
2. *Me quiero:* ¿Tengo una buena imagen de mí misma, tanto en lo físico como en lo mental? ¿Valoro lo que soy? ¿Me siento bien siendo yo misma?
3. *Me cultivo:* ¿Me actualizo sobre lo que pasa a mi alrededor y en el mundo? ¿Leo sobre lo que me gusta? ¿Consulto sobre lo que me genera curiosidad? ¿Me gusta aprender y soy humilde al reconocer que tengo aún mucho por conocer?

II. Otros y yo: Hace referencia a la manera en que una persona se relaciona con las personas que están cerca a ella, con quienes comparte su cotidianidad y un tiempo considerable.

1. *Soy buen amigo:* ¿Me preocupo por las necesidades de mis amigos? ¿Soy una persona confiable? ¿Los aliento para que realicen lo que más les conviene? ¿Soy una buena influencia para ellos?
2. *Soy buen novio/a:* ¿Respeto a mi pareja? ¿La hago sentir bien? ¿Tengo en cuenta sus necesidades y aspiraciones? ¿Soy fiel a lo que acordamos como pareja?
3. *Soy un buen familiar:* ¿Comparto tiempo de calidad con mi familia? ¿Respeto las normas de la casa? ¿Me preocupo por saber qué pasó en el día de cada uno? ¿Indago sobre su salud?

III. El mundo y yo: Se refiere a cómo se relaciona una persona con la comunidad o mundo al que pertenece: el mundo laboral, el mundo escolar, el mundo deportivo, etc).

1. *Soy un buen ciudadano:* ¿Respeto las normas del grupo al que pertenezco? ¿Pago siempre mi pasaje a la hora de usar transporte público? ¿Ayudo cuando veo a alguien en problemas? ¿Soy empático frente a las necesidades de los demás?
2. *Soy buen estudiante:* ¿Me preparo para los exámenes? ¿Hago los trabajos con tiempo y son de calidad? ¿Cuándo no entiendo algo, pido ayuda o averiguo? ¿Tengo una buena relación con mis profesores y compañeros?
3. *Soy buen profesional:* ¿Doy lo mejor de mí en cada una de las labores encargadas? ¿Me esfuerzo por obtener resultados positivos para el lugar donde trabajo? ¿Si se me solicita una tarea, pueden estar tranquilos que lo voy a cumplir?

Luego de reflexionar sobre cada una de las relaciones y sus elementos, usted podrá definir qué es negociable y qué no es negociable en su vida. Tendrá claro cuáles elementos no está dispuesto a cambiar, por más que su mejor amigo, sus papás o hasta el mismo presidente de la república se lo pida. Por ejemplo, cuando se celebra un suceso que ocurre una sola vez en la vida o en el año, como las bodas de oro o Navidad, para muchos el consumo de azúcar en esos días es negociable, pues no están atentando contra su vida, no lo hacen de manera regular y quieren disfrutar ese momento con sus seres más allegados. Pero si su mejor amigo le pide que le saque del bolso un dinero a sus propios padres, probablemente para muchos esto es algo imposible de negociar, pues no están dispuestos a cometer un delito y menos aún cuando dicha acción tiene como víctimas a sus propios padres.

Por eso es importante reconocer sus límites, pues a partir de ellos y de sus certezas, sabrá hasta dónde va a estar dispuesto a llegar en una situación específica. Justamente, a partir del esclarecimiento de sus límites, tomará las decisiones que lo harán sentir orgulloso.

Quiero contar una historia persona que ilustra de mejor manera la importancia de reflexionar sobre uno mismo y de definir los propios límites. Cuando salí del colegio estaba muy emocionada por entrar a la universidad, manejar mi propio tiempo y conocer nuevas personas. Me decidí por el programa de antropología en la Universidad de los Andes, y en primer semestre me informaron acerca de un “ritual de iniciación” de todo antropólogo uniandino, especialmente los primíparos como yo.

Dicho ritual era conocido como la Antropofarra, una fiesta realizada anualmente

por los estudiantes del departamento de antropología de la universidad. Con ansias de conocer a mis compañeros de semestre y entender las dinámicas del mundo universitario, acepté asistir al evento. En el lugar de encuentro, uno de mis compañeros me ofreció un porro de marihuana y sin pensarlo dije “No”. Fue una respuesta inmediata porque la marihuana siempre ha estado por fuera de mis límites, había reflexionado sobre mí misma desde mucho antes y tenía claro que mi mundo no se relacionaba con el mundo de las drogas, por lo tanto era algo **no negociable** para mí. ¿Qué creen que pasó conmigo y la fiesta? Nada en realidad, pues pude disfrutar del evento, pasar un rato con mis compañeros y no necesité fumar marihuana para obtener el título de antropóloga. Pero lo más importante de esa decisión fue el hecho de sentirme bien conmigo misma y con mis límites.

Si bien la reflexión no es un ejercicio tan sencillo de realizar, es parte esencial para dirigir su vida y lograr coherencia en el diario vivir. A medida que va adquiriendo más experiencias, conociendo nuevas personas y obteniendo nuevos conocimientos, sus respuestas van siendo cada vez más claras. Para ello, es importante que esta reflexión sobre usted mismo sea:

Honesta: Para reconocer en qué está fallando y qué está dispuesto a cambiar de eso a partir de la verdad

Personal: No hay nadie mejor que usted mismo para conocer quién y cómo es. La reflexión es una actividad que nadie más puede hacer por usted, por lo tanto es su decisión.

Frecuente: Estamos constantemente en construcción y probablemente sus reflexiones de hace 15 años no son las mismas de hoy.

Este espacio de reflexión que comencé a temprana edad, fue muy útil al momento de recibir mi diploma como antropóloga. Estaba ansiosa por comenzar a ejercer, al igual que cerca de 463.000 graduados de educación superior en Colombia en 2017 (Ministerio de Educación). Sin embargo, antes de aplicar a alguna oferta laboral, era necesario tener claro quién era yo, cuáles eran mis gustos profesionales, en dónde me gustaría verme en unos años, en resumen, debía reflexionar sobre mí misma. Luego de hacerlo, me sentí lista para comenzar mi búsqueda de empleo.

Encontré una oferta laboral que llamó mi atención: estaban buscando personas interesadas en procesos de investigación de proyectos sociales y en el diseño de proyectos educativos innovadores. Revisé las condiciones y los requerimientos y sabía que esta podía ser una opción interesante para mi creci-

miento personal y profesional, así que apliqué. Sin embargo, no tenía mucha información del lugar del trabajo, pues la oferta indicaba que se trataba de una empresa confidencial y señalaba que estaban en búsqueda de “personas interesadas en formarse bajo la metodología de la Fundación”. No conocía qué Fundación, ni de qué tipo, ni qué hacían exactamente, de ahí la importancia seguir con el segundo paso de la herramienta R.I.E: I, de **Informarse al máximo**.

Realizar una averiguación previa sobre la persona con la que se encontrará, la institución a la cual ingresará o el lugar al que va a llegar es fundamental para darse una idea general sobre algo o alguien, pues no podemos asumir que en todas partes del mundo las cosas se hacen como aquí:

El instinto de generalización (...) puede hacer que, erróneamente, agrupemos cosas, personas o países que, en realidad, son muy diferentes. Puede llevarnos a asumir que todas las cosas o todas las personas de una categoría son parecidas. Y, tal vez lo peor de todo, puede hacer que saquemos conclusiones precipitadas acerca de toda una categoría, basadas en unos pocos ejemplos, o incluso en un solo ejemplo poco habitual (Rosling, 2018, pp. 172)

Por eso es importante que nos informemos lo mejor posible, pero no de cualquier lado ni de cualquier manera. Recibimos constantemente información de muchas partes: noticieros, redes sociales, chismes de vecinos o de amigos, etc pero es importante aprender a diferenciar entre lo que es una habladuría y lo que es un hecho. Por eso, sus fuentes de información deben ser:

Confiables: Deben estar siempre lo más cercana posible a la realidad, pues su veracidad la hará más precisa y adecuada.

Contextuales: Para evitar hacer generalizaciones que nos puedan llevar al error, como el turista que supone que las normas de su país son las mismas que las del país que va a visitar.

Actualizadas: porque las personas, los países, las culturas cambian constantemente (Rosling, 2018). Seguramente una tesis laureada de los años 80's sobre la educación en Colombia no refleja la realidad para el año 2019.

Retomando la historia sobre mi búsqueda de empleo, después de aplicar, recibí una llamada de parte de uno de los directivos para realizar la entrevista. Sin embargo, no obtuve más información que el nombre del ofertante: Fundación Santa Isabel. En uno de los talleres de búsqueda de empleo del CTP (Centro de Trayectoria Profesional) de mi universidad, nos aseguraron que es fundamental saber lo que más se pueda sobre la empresa a la cual se está aplicando, pues

esto permitirá ajustar el propio perfil a que están buscando y mostrar un interés por la empresa.

Eso fue lo que me dispuse a hacer: utilicé distintas herramientas, como Google Maps y Street View, para localizarme y saber exactamente dónde se ubicaba la Fundación, en qué parada debía bajarme y cuánto tiempo demoraba el trayecto. Busqué tanto en su página oficial y en distintas redes sociales para conocer un poco más acerca de sus proyectos, su misión, su historia, en fin, lo que más pudiera saber para prepararme adecuadamente para la entrevista y sentirme segura a la hora de realizarla. Probablemente, de no haberme informado adecuadamente, esa oportunidad se me hubiera escapado de las manos de la misma forma que se le escaparía la oportunidad de trabajar en una multinacional como Coca-Cola a quien llegara a la entrevista de trabajo bebiendo un jugo Hit. Estar informado lo alejará de las imprudencias o malentendidos y reducirá en gran medida el uso de excusas como “yo no sabía”, pues como bien lo afirma uno de los principios del Derecho “la ignorancia no exime del cumplimiento de la ley”.

Con la información adecuada en mano, podemos avanzar al último paso de la herramienta R.I.E.: E, de **Experimentar**. Hace referencia a vivir de primera mano una experiencia nueva o diferente a partir de un análisis y adaptación al entorno al que acaba de llegar, pues por más que consulte sobre algo, hay cosas que solo sabrá cuando las viva. Para experimentar una situación, es necesario despertar los sentidos porque tomarse el tiempo de observar cómo se comportan las personas, escuchar qué temas están discutiendo, con qué tono lo hacen, etc. le permitirá participar y acoplarse adecuadamente a dicha situación.

Para muchos, estudiar y/o vivir fuera del país hace parte de sus metas personales. Este es el caso de Juan Fernando Carrascal, máster en oceanografía, quien obtuvo una beca para realizar un doctorado en Okinawa, Japón. Al llegar allá, afirmaba que el choque cultural entre los latinos en general y los japoneses, es bastante grande. Juan Fernando afirma que nosotros, haciendo referencia a los latinos, estamos acostumbrados a la cercanía, al contacto físico. Sin embargo, el espacio personal en Japón tiene un papel muy importante en la vida diaria de sus habitantes y el contacto físico es más bien inusual. Esta fue precisamente una de las advertencias que recibió Juan Fernando como parte de su inducción, pues tocar a alguien en el hombro, a manera de felicitación por un logro o evento específico, podría ser interpretado como acoso y terminar en un juicio.

Para los japoneses, y más aún en Okinawa donde las tradiciones son más arraigadas, cualquier contacto que exista, por pequeño que sea, puede prestarse para malos entendidos. Por eso, es importante prestar atención a las señales que recibe en un entorno o situación determinada, pues percatarse de aspectos tan elementales como la manera de hablar e interactuar de un lugar determinado, puede ayudarlo a evitar momentos incómodos, molestos o graves. Dicha fase de experimentación debe ser:

Sana: Cualquiera que sea la situación a la que se enfrente, esta debe hacerlo sentir bien con usted mismo, cómodo y tranquilo.

Inmediata: Actuar en el momento, pues de no ser así, se habrá perdido la experiencia.

Racional: Luego de haber recolectado y procesado la información disponible a través de los sentidos, usted podrá decidir qué hacer en dicha situación.

Volviendo a mi testimonio sobre el ingreso al mundo laboral, obtuve la vacante a la cual estaba aplicando, sin haber tenido ningún tipo de experiencia en trabajo con niños y jóvenes y sin saber cómo era el ambiente laboral allí. Como se mencionó anteriormente, es imposible conocer completamente algo o alguien solo a partir de la consulta o la información previa. Por lo tanto, conocer cómo tratar con jóvenes a través de proyectos educativos y comprender la calidad de personas que había en la Fundación era algo que solo iba a averiguar a través de la experimentación.

Cuando use la herramienta R.I.E. usted va a ser capaz de reaccionar ante el mundo: actuando u omitiendo. Es cierto que no todos reaccionamos de la misma manera ante una situación. Por ejemplo, cuando en un evento se da la oportunidad de hablar en público, hay dos tipos de personas: aquel que se sube al escenario para mostrarse ante los demás y darse la oportunidad de mostrar su trabajo, su talento o simplemente su opinión, y aquel que se queda en su silla entre el público reservando sus pensamientos para sí mismo.

Ambas formas de reacción son pertinentes según convenga; en algunas ocasiones, la omisión es más provechosa que la acción, como evitar los chistes en un acto religioso o hacer silencio mientras el profesor explica un tema. Pero en otras, la acción puede ser la decisión perfecta, como hacer el mismo chiste pero en el primer día de universidad para romper el hielo y hacer amigos o levantar la mano para expresar desacuerdo con lo que está diciendo el profesor y generar un debate interesante para todos. Pregúntese entonces qué conviene

más en la situación específica en la que se encuentre: ¿Es más conveniente actuar u omitir?

Ser asertivo implica una toma de decisión donde el sujeto debe sopesar los pros y los contras, y resolver si se justifica o no, actuar asertivamente (...) Hay ocasiones en que la conducta asertiva puede resultar objetivamente contraindicada y/o socialmente inconveniente. En cada caso, el balance costo-beneficio y los intereses personales marcarán la pauta a seguir (Riso, 2009, Parte I: Entendiendo la asertividad).

Para evaluar cuál actitud es la más conveniente, es importante tener en cuenta tres variables imprescindibles que definirán la pertinencia de sus actos (u omisión de los mismos):

1. Personas: Probablemente usted no se relacione de la misma manera con sus papás que con sus amigos o con su jefe, por lo tanto, es necesario identificar con quién se está relacionando, qué tipo de relación tiene con dicha persona y cuáles son los límites de esa relación.
2. Lenguaje: Luego de identificar a la persona con la que está tratando y su relación, evalúe qué tipo de lenguaje es el apropiado para usar con ella. El lenguaje no hace referencia solamente a las palabras que usa. Su lenguaje corporal, como la expresión facial, la mirada, la postura (Riso, 2009, pp.) es tan importante como el verbal.
3. Momento: Para evitar que las oportunidades se le escapen, es necesario que reconozca si aquello que está por decir o hacer es pertinente para el lugar y el tiempo en el que se encuentra. Por ejemplo, hacer uso de su celular en su vida diaria no es nada insólito ni perjudicial. Sin embargo, si usted está en medio de su exposición de tesis de grado para obtener el título profesional y responde un mensaje de texto o una llamada, es muy probable que no sea bien visto por el jurado, pues no es el momento adecuado para hacerlo.

En conclusión. para ubicarse en el mundo, ser el mejor lector de contexto y un excelente atrapador de oportunidades, necesita ser consciente de usted mismo a través de la herramienta RIE: Reflexionar sobre sí mismo de manera frecuente, honesta y personal, informarse al máximo a través de fuentes confiables, contextuales y actualizadas. Finalmente, experimentar de manera sana, racional e inmediata. Una vez aplique la herramienta, usted podrá tomar la decisión adecuada para reaccionar ante el mundo (actuar u omitir) de la manera más conveniente, teniendo en cuenta con qué persona se encuentra, en qué momen-

to está y qué lenguaje está usando. ¿Alguna vez ha oído la frase “si no tiene nada bueno que decir... mejor no diga nada”? Le tengo una propuesta diferente para esa frase: “Si no tiene nada bueno que decir, encuentre la persona, el lenguaje y el momento apropiado para hacerlo saber con R.I.E.”.

Referencias

1. Gaviria, A. (2018). *Hoy es siempre todavía*. Bogotá, Colombia: Ariel.
2. Immigration Services Agency (2013) Guidebook living and working for foreign nationals who start living in Japan. Recuperado de <http://www.moj.go.jp/content/001297615.pdf>
3. Riso, W. (2009). *El derecho a decir no*. [versión Kindle] España: Planeta Publishing
4. Robson, D. (2019). Las sorprendentes razones por las que Okinawa es el lugar del mundo con más personas mayores de 100 años. *BBC Mundo*. Recuperado de <https://www.bbc.com/mundo/vert-fut-47252092>
5. Rosling, H. (2018). *Factfulness: Diez razones por las que estamos equivocados sobre el mundo. Y por qué las cosas están mejor de lo que piensas*(Paredes, J, Trad). Barcelona, España. Deusto.
6. Ministerio de Comercio Exterior y Turismo. *Plan de Desarrollo de Mercado Japón*. Recuperado de https://www.mincetur.gob.pe/wpcontent/uploads/documentos/comercio_exterior/plan_exportador/Penx_2025/PDM/Japon/pdf/PDM%20Japon.pdf
7. Ministerio de Educación Nacional de Colombia (2017). Observatorio Laboral para la Educación [base de datos]. Recuperado de: <http://bi.mineduacion.gov.co:8380/eportal/web/men-observatorio-laboral/ubicacion-geografica>