



Alumno: Mariano Javier Nassif

Profesor: Ignacio Bossi

Índice

Introducción general.....	3
Éxito Profesional antes de los 40	5
La salud, ¿qué rol juega en este camino?	7
¿Ocho? ¿Por qué no un Diez?	13
Mi propio camino y su impacto en mí.....	15
Rediseñando el EXITO.	18
Reporte de resultados	20
Desafío 2 mis modelos mentales expresados	22
Bibliografía	23

Introducción general

Desde chicos nos ponemos metas, objetivos, logros a concretar. Queremos llegar a ser como Maradona, Messi, Ginobili, Michael Jordan (la lista podría seguir sin fin).

Tenemos a nuestros ídolos en la cabeza y jugamos según el deporte que más nos guste, para ser “exitosos” como nuestro ídolo. Algunos pueden disfrutar de jugar con sus amigos en la canchita de la plaza o en la vereda o en el club, sin dejar de sentir alegría, placer, bienestar por el solo hecho de estar jugando su deporte preferido

Otros por el contrario quieren hoy de inmediato tener la habilidad de su ídolo y se frustran si no lo consiguen con facilidad. Para este grupo de chicos el partido se ve como una prueba de habilidad e inteligencia constante, desafiando su posibilidad de jugar y dejando de disfrutar el juego, para preocuparse y focalizar toda su energía en que le salga la “magia” del ídolo, si esto no sucede el partido es una pesadilla.

Me pregunto, como adultos, tomamos el camino al éxito como el primer grupo?, que disfruta mientras juega, o como el segundo que se frustra si no todo sale como quisiéramos?, perdiendo la posibilidad de disfrutar de nuestro “Juego”

En esta tesis les voy a contar mi caso particular, en la niñez me ubique claramente en el primer grupo, mis ídolos, en el fútbol, obviamente Maradona, en Básquet Michael Jordan, practicaba ambos deportes y disfrutaba de ellos, aunque jamás tuve habilidades siquiera cercanas a las de Giunta o el "Colorado" Wolkowyski.

Pero en la actualidad, jugando mi "juego hacia el éxito profesional" me ubico en el segundo grupo, y no me esta resultando placentero el camino, ni mucho menos logro disfrutar del mismo.

Como dato actual, les cuento que hace 2 meses me diagnosticaron Cáncer de Tiroides. Esto fue un baldazo de agua fría, al principio me cuestioné, como era posible que me toque "a mi" esta enfermedad, me abordaron infinita cantidad de pensamientos terribles sobre mi futuro. Luego, me metí de lleno en la etapa de darle solución al problema, consulté con especialistas y definieron una cirugía sin opción. Pase por el quirófano, despedimos a la Tiroides y concluí el tratamiento. Luego, arriba, como si nada hubiera pasado, de nuevo en el trabajo y a cursar el MBA.

En medio de toda esta revolución, comencé con las charlas de la tesis, primer reunión con mi Coach de Tesis, Adriana

Adriana: -Idea para la tesis?, me pregunto,

Mariano : -sí, - respondí muy decidido, - "quiero contrastar la forma de Liderazgo actual con el Liderazgo tradicional y demostrar que el Liderazgo Ágil es lo mejor que existe en el mundo",

A grandes rasgos mi idea para la tesis era esa, al comenzar el curso.

Era una maquina de pensar en el trabajo, en el MBA , en avanzar en mi camino al éxito profesional, venía a full y una sola pregunta me puso de frente con la realidad. Fue reveladora la forma en que surgió el tema.

En mi afán de ir a por el MBA y lograr sumar puntos para "mi Éxito profesional", no había pensado siquiera en relacionar la alarma que había disparado mi propio cuerpo, con la forma en que venía "jugando". En medio de la charla surgió la pregunta,

Adriana : - " Mariano para en algún momento?",

y la respuesta fue

Mariano : - "No, Mariano no para".

Por eso en esta tesina quiero responderme que es para mí el éxito profesional, como estoy transitando mi camino hacia ese éxito y de qué manera está afectando a mi salud. Con el fin de proponerme un cambio que permita comenzar a disfrutar de mi “Juego Profesional”.

También compartirlo con ustedes, ya que quizás, si les sucede algo similar, también puedan parar la pelota, mirar a los lados y volver a comenzar el juego, pero ahora disfrutándolo.

Éxito Profesional antes de los 40



En este punto quiero contarles con que meta comencé a cursar el MBA en el CEMA. Mi meta a alcanzar era llegar a un cargo ejecutivo dentro del ámbito corporativo. Esto es para lo que he estudiado y por lo cual también me inscribí en el MBA, para incorporar herramientas y conocimientos que me permitan alcanzar el éxito profesional, tener una posición ejecutiva dentro de mi actual empresa o en otra antes de los 40 años.

Para alcanzar el éxito profesional dentro de mi actual empleo, tendrían que cumplirse los siguientes hitos:

- Ser promovido a Gerente de Proyecto en el próximo año.
- Luego continuar creciendo en la organización o en otra empresa, siempre con la aspiración de llegar a un cargo ejecutivo.
- Y algo no menor es, que los puntos precedentes sean alcanzados antes de los 40 años.

Transitar este camino implica esfuerzo, compromiso y dedicación en la jornada de trabajo. Algunas veces con jornadas extendidas , otras no tanto. En este proceso o camino a la meta de lograr un cargo ejecutivo antes de los 40, también se combinan la familia y los amigos. Por supuesto que deseo conservar ambos.

Otra meta de éxito personal es ser buen padre, estar presente y poder darle a mis hijos el acceso a la mejor educación posible y a la mejor calidad de vida.

Por un lado la meta Profesional y Familiar coinciden, dado que a mayor éxito profesional, es decir, a mayor cargo ejecutivo dentro de un ámbito corporativo, mayor posibilidad de darle a mi familia una mejor calidad de vida.

Si bien existe una conexión entre ambos objetivos, no quiero perder la posibilidad de estar con mis hijos y verlos crecer, participar de sus actividades. Este punto no es menor, cuesta cuando las jornadas de trabajo son largas, el traslado hasta casa suma

tiempo (cada vez más por el caos de tránsito reinante en Bs.As.) y las actividades de los chicos no se pueden realizar a contra turno de mi horario laboral.

Acabo de contarles cuáles eran mis objetivos profesionales antes de comenzar esta tesis, en el próximo punto quiero contarles porque "eran" y no son mis objetivos actuales, ¿tendrá algo que ver la salud en todo esto?

La salud, ¿qué rol juega en este camino?



En Mayo de este año fui diagnosticado con Cáncer de Tiroides. Situación que genero un impacto enorme en mi vida y me llevo a replantearme muchas cosas.

En un principio me cuestione como era posible que a "mí" me sucediera algo así, una persona que siempre llevó una vida sana. No tomo alcohol, jamás probé un cigarrillo, nunca tuve excesos, digamos una vida casi de manual, y me diagnostican Cáncer? Realmente no lo podía comprender.

Luego de pasar por ese estado de "porque a mí", comencé con la etapa de ocuparme para solucionar el "problema" y poder seguir adelante.

Me ocupe de conseguir el mejor profesional para la operación, que la empresa me suba el plan de medicina prepaga para cubrir los costos de la intervención, varias opiniones de distintos profesionales, también de familiares y amigos.

Luego de comprender mi nuevo estado de salud y, en cierto modo, bajo control los pasos a seguir, seguía pensando en mi meta de éxito profesional, pero el ritmo que llevaba conmigo antes de ser diagnosticado de Cáncer de Tiroides ha bajado considerablemente, sin embargo, no desapareció.

Comencé a ver las cosas con otra mirada, desde otro lugar. Observé cómo se comportaban mis amigos y conocidos en sus empleos y a relacionar con episodios relacionados con la salud y me sorprendí. Muchos de ellos sufrieron alguna alteración en su salud, enumero algunos casos

Diego: se desmayo en el baño de su casa a causa de un cansancio extremo, por largas horas de trabajo y objetivos que cumplir que le ocupan tiempo en su cabeza

Lucas: un día no pudo más en su lugar de trabajo y tuvo que llamar a emergencias, tuvo ataques de pánico que solo algunos ansiolíticos pudieron calmar, no curar.

Fernando: también exigido por su trabajo no espera a que lo diagnostiquen con ataques de pánico, simplemente cuando se siente acelerado recurre a una pastilla de Clonasepan para forzar la bajada de cambio y así poder continuar con la rutina laboral.

Federico: se desplomo por las escaleras de un cliente, tuvo un principio de hemiplejía y los médicos al día de hoy no pueden explicar el desorden en los resultados de los análisis de sangre.

Daniel: sufrió un micro ACV en medio de su jornada laboral

Ahora mi caso, formo parte del mundo corporativo, trabajando para una consultora de Tecnología, brindando servicios a diversas empresas. Sumado a este aspecto profesional forme una hermosa familia compuesta por mi esposa (Gabriela) y 4 hijos (Micaela, Alejo y los mellis Ramiro y Joaquín).

La jornada laboral muchas veces se extiende, curso el MBA part-time, 2 veces por semana, por lo cual regreso a casa a las 21hs en promedio. Algunas veces traigo trabajo a casa para el fin de semana. Llegar a casa y lograr desconectarme de inmediato para poder disfrutar de mi familia es complejo, no se logra fácilmente, y la demanda, sobre todo de los más pequeños se hace notar.

También hay un sentimiento un tanto complejo de explicar, dado que hay ganas de estar jugando con los chicos pero también se conjuga con el cansancio de la jornada de trabajo.

En medio de toda esta vorágine, llega un diagnostico medico que indica un Cáncer de Tiroides, que me callo como un yunque en la cabeza. No se puede confirmar mediante la medicina tradicional las causas que generaron dos nódulos malignos en mi Tiroides, sin embargo entiendo que hay cada vez mas asociaciones al ritmo de vida, que nos mantiene activos aunque el cuerpo evidencie necesidad de parar un poco.

Mi cuerpo de forma silenciosa fue encapsulando broncas, disgustos, esfuerzos, horas extra de trabajo y las transformo en nódulos malignos que por suerte fueron detectados a tiempo e interpretados como una alarma que indica que debo replantear mi actual estilo de vida, dado que el resultado obtenido al momento no es el deseado.

Por eso me cuestiono si es posible encontrar la forma de conseguir el éxito profesional que describo, sin tener un impacto en la salud.

Sin necesidad de trabajar 12 o 13hs diarias es posible conseguir dicho éxito?

Seguramente hay personas que lograron su éxito profesional de una manera menos estresante que otras, en mi entorno lo que suelo ver, entre mis amigos, colegas y compañeros de máster (comentando el título de mi tesis en el bar del CEMA, una persona que se encontraba en otra mesa, lo escuchó y esbozó, “**si tienen la formula que me la pasen**”), el esfuerzo en horas extras, viajes al exterior, trabajo en casa durante el fin de semana, es una constante para los puestos de jefatura en adelante dentro de las corporaciones. Como cite anteriormente, muchas de estas personas padecen enfermedades como ser trastornos del sueño, ataques de pánico, estrés, cáncer en sus diversas formas, ataques de ACV, problemas cardiacos, desmayos por cansancio (falta de horas de sueño).

Todos estos casos me hicieron pensar en el rol que juega la salud en nuestro camino hacia el éxito profesional. Sin lugar a dudas es fundamental, pero no siempre lo tenemos claro y en el afán por conseguir nuestros objetivos, en mi caso cuanto antes mejor, perdemos esta noción, tan clara cuando las ponemos en un texto, pero tan difusa cuando vivimos nuestras tareas en el día a día.

Comencé a leer cual es el impacto en la salud del stress laboral y del stress en general, algo me impacto mucho y lo comparto con ustedes (quizá ya lo sepan):

En situaciones normales las células de nuestro cuerpo utilizan el 90% de la energía en actividades metabólicas tales como la digestión, el crecimiento y la reproducción. Ante una situación de estrés, el organismo establece un estado que prioriza en los procesos vitales a corto plazo, produciendo cortisol, la hormona que hace que el organismo libere glucosa en la sangre provocando un aumento de la tensión arterial y el nivel de energía, y que el sistema inmunológico se elimine, entre otros.

Así es como el organismo prepara al animal para responder ante las situaciones de peligro, siendo su acción inocua para la salud. Por el contrario, si estamos

sometidos a un estrés constante, el desarrollo de enfermedades aumenta por esta carencia de protección.

En un estudio llevado a cabo en babuinos, el neurocientífico Robert Sapolsky ha llegado a la conclusión de que los primates (incluido el ser humano), al ser más inteligentes, resuelven en menos tiempos sus necesidades básicas y con ello tienen más tiempo libre. Así, en vez de estar siempre pendientes de factores vitales como la alimentación o la huida del enemigo, están sometidos en mucha mayor medida a factores estresantes derivados de sus relaciones sociales.

Consecuencias Fisiológicas

Antiguamente se creía que el estrés propiciaba el desarrollo de úlceras gastrointestinales. En parte, esto es así. Las úlceras se producen por unas bacterias situadas en el intestino que debilitan sus paredes. Si se reduce el sistema inmunológico como consecuencia del estrés, el poder regenerativo de nuestro cuerpo se ve superado por la acción las bacterias, produciendo las dolorosas úlceras.

En general, la supresión del sistema inmunitario, consecuencia del estrés, aumenta el riesgo de contraer enfermedades infecciosas y el aumento de los trastornos en la función sexual. Además, experimentos con ratas indican que las neuronas del hipocampo, que están relacionadas con el aprendizaje y la memoria, pueden resultar dañadas más fácilmente en situaciones de tensión al disminuir el número de ramificaciones neuronales. En los niños también se puede producir raquitismo de crecimiento y la incubación de la arterioesclerosis que se manifestará en la etapa adulta.

Una investigación demostró que los que se preocupan demasiado tienen un 46% más de posibilidades de que se dañen sus arterias. Otra, que aumenta en un 32% el riesgo de enfermedades cardiovasculares, desde arterioesclerosis hasta un infarto o un ataque cerebral.

Según los médicos, el estrés psicológico actúa de dos formas distintas. De forma indirecta, se asocia a estilos de vida no saludables; de forma directa, el estrés ocasiona la constricción de los vasos sanguíneos, una mayor formación de

coágulos sanguíneos, presión arterial elevada, una mayor resistencia a la insulina y diabetes.

Otra de las consecuencias tiene que ver con la longevidad de los telómeros, las encimas situados en los extremos de la los cromosomas y que evitan que se deshilachen. Éstas se acortan con la edad, dependiendo del grado de estrés que se sufre y del tiempo que se ha sufrido el estrés. De esta forma se reduce la vida al reducirse el número de replicaciones. La encima telomerasa, encargada de sintetizar el telómero, es capaz de regenerarlo, reparando los extremos de los cromosomas. El buen humor hace que la telomerasa entre en funcionamiento. A su vez, cuanto mayor es el estrés menor es la dopamina y con ello es menor el nivel de placer.

Esto es solo un fragmento de millones de artículos que existen sobre como impacta el stress en nuestra salud y por lo tanto el importante rol que juega la salud en nuestras vidas.

Ahora, luego que mi cuerpo emitiera una alarma semejante como lo es un Cáncer, tengo otra mirada de las situaciones cotidianas, los momentos con mis hijos son más plenos, siento que me conecto más con ellos. Antes estaba con ellos pero mi mente seguía procesando información del trabajo o pensando como podía realizar mejor tal o cual actividad. Era un estar presente físicamente, pero ausente mentalmente. Ahora eso cambio y no lo quiero perder, quiero poder seguir estando a pleno en los momentos que estoy con mis hijos.

Lograr un balance entre trabajo y familia es fundamental para cumplir con mi objetivo de éxito profesional hoy sin descuidar a mis hijos. Aun no me reincorpore a mis actividades laborales, y estoy pasando unos días geniales con mis hijos. Claro que esto no es una situación normal, pero es inevitable cuestionarse, si hay una forma de poder ganarse la vida y lograr el éxito profesional (cargo ejecutivo, bienestar económico para solventar la educación y calidad de vida de mis hijos) y también mantener un contacto tan fluido y profundo con ellos.

Antes de seguir con estos nuevos interrogantes, les propongo analizar mi contexto y mi background educativo, como me formaron mis padres, que modelo de familia tuve, así juntos tratamos de identificar porque, en mi caso, siento tanta exigencia en el trabajo, quizás tengas una historia similar

¿Ocho? ¿Por qué no un Diez?



En este punto quiero englobar el modelo mental y cultural que incorpore desde chico, y en pocos minutos sabrán el origen del título. Mi familia (Padre y Madre) siempre se preocupó por darnos (a mi hermano y a mi) lo mejor, la mejor educación y la mejor atención afectiva, siempre atentos a los cuidados para formar personas de bien, y en pos de que seamos los mejores en nuestras actividades.

Por eso cada vez que debíamos prepararnos para un examen nos apoyaban y también nos exigían para que seamos los mejores. Cada vez que llegaba con una buen examen se lo mostraba a mi Padre, orgulloso por la nota obtenida un 8 o 9, el observaba el examen, asentía con la cabeza y luego sentenciaba, **"y por que no un 10"**.

Esto forjo en mí una exigencia constante, buscar siempre el camino al 10, no importa si las cosas van bien, seguramente existe un nivel superior el cual podre alcanzar con dedicación y esfuerzo.

A su vez el modelo de familia que incorporé de chico, es el que considero ideal, el padre generador de los ingresos de la familia, la madre ama de casa, que se ocupa de los quehaceres domésticos y criar a sus hijos. Reconozco que este modelo tiene, hoy por hoy, muy pocas probabilidades de existir en el contexto socioeconómico actual, dadas las necesidades de trabajar de ambos integrantes de la pareja. Los chicos deben asistir a colegios de jornada completa y a su vez se necesita de personal extra en la casa para ayudar con las tareas cotidianas de limpieza y orden general. Y si bien soy consciente de esto, reconozco que me hace un poco de ruido no poder replicar el modelo de familia tradicional que viví en mi niñez.

Recuerdo también a mis profesores de secundario, sentenciando la necesidad de recibirnos con título universitario antes de los 30 años; y, de ir por un camino de carrera profesional en el ámbito corporativo, asegurarnos de conseguir un cargo ejecutivo antes de los 40, si no queríamos fracasar.

En este punto encuentro, en el entorno socioeconómico actual, coincidencias con dichas creencias que inculcaron mis profesores hace años, esto podemos apreciarlo, por ejemplo en las graficas que exhibe el CEMA en el perfil del ingresante al MBA:

DISTRIBUCIÓN POR EDAD

- 16% 24-27
- 35% 28-31
- 31% 32-35
- 18% 36-50



DISTRIBUCIÓN POR POSICIÓN

- 14% Presidente / Director
- 47% Gerente
- 18% Jefatura
- 16% Analista
- 5% Consultor



De estas 2 graficas podríamos deducir que el rango de edad 24 a 35 años se lleva la mayor porción de la torta, y a su vez el rango de posiciones de Presidente a Gerente, también se llevan más del 50% de la torta. Motivo por el cual podríamos inferir que los cargos de Gerente en su gran mayoría se encuentran cubiertos por personas del rango de edad que va entre los 24-35 años.

Con todo este mapa mental cargado desde mi formación familiar y profesional, mas el convencimiento que esto es así, se forma en mi la idea que no es posible el éxito si no se logra ocupar una posición ejecutiva en el ámbito corporativo antes de los 40 años.

Veamos en el siguiente punto como fui transitando mi camino y que impacto tuvo en mi salud.

Mi propio camino y su impacto en mí



Actualmente me encuentro transitando mi camino hacia el éxito profesional. Como comente en la introducción no estoy disfrutando de "juego profesional" y evidentemente mi cuerpo demuestra que tampoco está de acuerdo. Fui diagnosticado de Cáncer de Tiroides y eso generó un cambio muy fuerte en como percibo las cosas que me pasan día a día, en mi conexión con mi hijos y mi esposa.

Sin embargo, continúo con la aspiración y sigo trabajando para lograr mis objetivos profesionales, seguramente no al ritmo que venia antes de tener un impacto semejante a nivel salud.

Analizando lo transitado hasta el momento puedo observar que mi comportamiento hasta el momento en que me diagnosticaron Cáncer, fue el siguiente:



Al pararme desde otro lado, modificando mi forma de observar, encuentro ejemplos muy cercanos de gente exitosa después de los 40, por ejemplo mi suegra, emprendió su pyme después de los 45 años. Si bien hubo tiempos difíciles, actualmente su emprendimiento es exitoso.

En Marketing Avanzado nos visitó el VP de La Martina, marca nacional de ropa de lujo, quien nos contó la historia del dueño de La Martina, esta persona emprendió su sueño después de los 45 años y estuvo hasta los 58 atendiendo un único local en la calle Paraguay de la CABA, antes de que la marca creciera exponencialmente en el año 2002.

En este punto quiero citar una reflexión de Sergio Sinay del libro "*¿Para que trabajamos? ser lo que hacemos o hacer lo que somos*", si bien recomiendo el libro completo, este pasaje me sirvió para poder entender mi brecha y a partir de esto redefinir mi concepción actual de ÉXITO:

"El mundo está habitado por muchísimas personas que no son felices con lo que hacen, pero que lo siguen haciendo porque tienen facilidad natural para ello. En estas condiciones, cuando el trabajo no es un significado de la vida, la vida acaba por estar destinada al trabajo, independientemente de las justificaciones que se esgriman. Que el porvenir de los hijos, que la nueva casa adonde nos mudaremos, que terminar con las deudas, que asegurarse una vejez tranquila, que cambiar el auto, que el viaje, que el ascenso al cargo superior o la cima de la empresa, que esto o que aquello. El trabajo que deja afuera el alma y que no se articula con la exploración del sentido existencial acaba en una forma sutil de esclavitud.

En circunstancias así, los éxitos aparentes pueden ser fracasos reales. Esto ocurre cuando se entiende por éxito solo lo mensurable. Dinero, ingresos, propiedades, títulos, honores, influencia, poder, figuración. Todo eso puede ir acompañado de sensaciones de despersonalización, angustia, ausencia de sentido y de propósito. ¿Por qué no soy feliz con lo que logre?, ¿por qué no me conforma lo que tengo? En la ecuación Éxito-Fracaso, como en todas las concepciones binarias no hay opción ni matiz. Lo que no es una cosa es la otra."

Como mencione anteriormente, con todo lo expuesto en el contexto y en mi mapa mental, por la forma de criarme y la exigencia inculcada (¿8? ¿por qué no 10?), actualmente tengo una concepción binaria de Éxito, a la cual agrego una variable temporal, como si no fuera suficiente, Éxito antes de los 40 o no hay forma de seguir.

A La primer pregunta que realiza Sergio Sinay en el pasaje citado, ¿por qué no soy feliz con lo que logre? agregaría ¿por qué no me permito festejar mis logros?, creo que estas 2 preguntas definen en gran medida mi brecha actual.

Luego de leer y escuchar distintos puntos de vista, considero que mi brecha se centra, como indico más arriba, en la concepción o pensamiento binario (éxito-fracaso) de Éxito antes de los 40 o Fracaso. Donde no dejo lugar a otras posibilidades, autoconvenciendome de esto con el cuento que me conté a mi mismo, con edades promedio de másteres, y donde mi mirada como observador siempre estuvo puesta, sin dejar lugar a otros puntos de vista.

Esta es mi brecha a ajustar. Mis acciones, mi comportamiento ante las distintas situaciones, en busca del éxito antes de los cuarenta, sigue siendo el mismo aunque mi cuerpo se enfermo. Estoy siendo autoexigente (8 por que no 10) conmigo mismo, aunque no actúo de esta forma para con mis hijos.

No me permito festejar los logros. Esta formación es la que recibí de mis padres y aunque no la comparto ni aplico con mis hijos, si la repito para mí mismo.

Ahora que tengo en claro mi brecha, los invito a rediseñar el EXITO perseguido en este camino, para poder disfrutar del mismo, más allá del objetivo logrado.

Rediseñando el EXITO.



Actualmente me encuentro en un proceso de cambio. Luego de la cirugía que me quito el cáncer de tiroides, fui a la clase de Habilidades gerenciales, desde ese momento puedo decir que comencé a verme como un observador diferente.

Si bien desde que me entere de la enfermedad me replantee mi forma de vivir de punta a punta, las acciones que realice luego de la cirugía fueron similares a las de siempre, y que podríamos decir me pusieron de cara con ese estado de enfermedad, auto exigencia, no parar la pelota para mirar, no festejar los logros.

Hoy el Éxito ya no tiene el mismo significado que cuando comencé la tesis. Hoy el Éxito profesional no está cronometrado por ninguna variable de edad, es una sensación extraña, pero se siente menos peso al transitar el camino.

La frase que resonó tanto tiempo en mi cabeza, "¿8? ¿Por qué no un 10?", tiene otro significado, que es el mismo que decido aplicar con mis hijos, y ahora lo aplico para mi propio transitar, permitirme mirar en forma más detenida los logros y poder celebrar que ese 8 logrado tiene mucho valor.

Los cambios que me propongo a corto plazo son:

- poder disfrutar el presente, interactuando con mis hijos y mi esposa, disfrutando el hoy, sin poner todos mis pensamientos en el futuro.
- Eliminar la variable Edad Tope = 40 años, para lograr mis objetivos profesionales.
- Con el avance de los 2 puntos anteriores, permitirme festejar mis logros, disfrutar del camino. Festejar los "8".

A Mediano - Largo Plazo:

- unir el trabajo con lo que realmente deseo realizar. Luego de este periodo comencé una crisis profesional. Comencé a cuestionarme si quiero poner el esfuerzo en crecer dentro de una corporación o poner esa energía en otra labor que me haga sentir completo.

Reporte de resultados



Al momento en que escribo esta sección ya inicié mis primeros pasos en el rediseño del éxito y puedo ver algunos cambios que quiero compartir con ustedes.

El primero, aunque algo mencioné en puntos anteriores, es que puedo poner la cabeza en el presente, cada minuto que estoy con mis hijos y mi esposa es para ellos y ya no es compartido con pensamientos del trabajo, claro que es imposible practicarlo al 100%, pero creo estar alcanzando un buen porcentaje.

El segundo es que ya no hay una variable de tiempo fijo (éxito antes de los 40 o fin del mundo), hay sobrados contraejemplos que refutan mi creencia primaria, así que puedo quitarla con convicción de que es posible el éxito sin una variable de edad asociada.

Todavía hay mucho por transitar y festejar, este punto, el de festejar los logros es el que considero que aun no logre, pero soy consciente de esto y voy camino a rediseñarlo. En el trabajo me asignaron un nuevo proyecto, el cual es todo un desafío, no solo por su significado natural, a este se agrega mi proceso de cambio. Si bien no puedo decir que respete todos los puntos de cambios propuestos en esta tesis, si pude poner el freno a varios puntos que en otro momento no hubiera podido.

Conclusiones

Comencé la tesis pensando más en los demás , en como liderar equipos. No había podido parar, para mirar a mí alrededor y preocuparme por mi liderazgo personal. El camino de análisis personal que emprendí y lleve adelante me conecto con mi pasado y mi presente. Me di la posibilidad de replantearme mis modelos mentales, creados desde la niñez. En este proceso tuvo un factor fundamental la salud, mi estado actual de salud, el impacto que tuvo en mi camino profesional y en la forma de encarar la vida en general un diagnostico tan difícil como lo es el Cáncer.

Me llevo para mí después de este proceso, aprendizajes que son fundamentales para seguir avanzando en el cambio. Logre desterrar la barrera de tiempo (éxito antes de los 40). También logre disfrutar el presente, y no estar atado al futuro en todo momento. Conectarme con mi familia en cada minuto que comparto con ellos sin duda es el aprendizaje más importante.

En cuanto a mi camino al éxito profesional casi como la frutilla del postre, en el tramo final de esta tesis, en mi actual empleo me proponen un nuevo proyecto. Esto parecía una conspiración a favor de mi proceso de cambio, el momento justo para comenzar a poner en práctica todos los aprendizajes expuestos en este trabajo. El proyecto ya comenzó, y si bien falta mucho camino por recorrer, encuentro diferentes acciones de mi parte que demuestran que comencé a transitar el cambio personal aquí propuesto.

Creo ser un afortunado, al poder estar rediseñando mi propio camino, después de la adversidad y después de haberme preguntado "¿por qué a mí?" , hoy encuentro la respuesta, mi salud que emite un mensaje, una posibilidad de tomarme el tiempo para la transformación personal con esta tesis, un proyecto nuevo para darme la oportunidad de poner en práctica el rediseño de mi camino al éxito.

Los invito a que hagan el ejercicio de parar la pelota y rediseñar su propio camino al éxito. Si es posible antes que la salud este en juego.

Desafío 2 mis modelos mentales expresados

Debo replantear mi actual estilo de vida.

Este MM surgió a consecuencia de un impacto en mi salud y que me abrió las puertas para poder reflexionar sobre otros MM arraigados desde niño. Hoy comencé un cambio el cual siento que me capacita para disfrutar de una forma plena mi vida con mi familia y con el trabajo.

De este proceso de transformación iniciado surgen varias preguntas, pero la principal y que quiero compartir aquí es la siguiente:

- quiero poner el esfuerzo en crecer dentro de una corporación? o poner esa energía en otra labor que me haga sentir completo?

Mariano Javier Nassif

DNI 26158042

SI autorizo a la Universidad del CEMA a publicar y difundir a los fines exclusivamente académicos y didácticos la Tesis del MBA de mi autoría

Bibliografía

- Título: Para que trabajamos ? Ser lo que hacemos o hacer lo que somos. Autor Sergio Sinay

ISBN:978-950-12-0705-7
- http://www.cienciapopular.com/n/Medicina_y_Salud/Estres_Cronico/Estres_Cronico.php
- La Empresa Consciente - Prólogos e Introductorio de las competencias - Kofman
- La Quinta Disciplina - Peter Senge