

# 5 CREENCIAS LIMITANTES QUE IMPIDEN ALCANZAR EL ÉXITO

por Alex Kei

Aquello en lo que crees determina quién eres, lo que haces y lo que consigues.

Muchas de esas creencias, son limitantes. Es decir: en vez de ayudarte a ser mejor persona y conseguir lo que quieres, funcionan como una barrera que te separa de lo que quieres alcanzar.

La gran mayoría de estas creencias limitantes se generan por:

- **Falta de autoestima** (no te crees suficientemente bueno o merecedor);
- **Imposiciones de la sociedad** (lo que tus profesores, amigos, familiares o pareja consideran “correcto” y lo que ellos esperan de ti);
- **Malas experiencias del pasado** (tragos amargos que no se olvidan y que dejan huella en tu personalidad).

Todos tenemos creencias limitantes. Yo tengo unas cuantas de las que me quiero deshacer. Lo importante es identificarlas, reconocer que nos están limitando y convencernos que lo que creemos NO es cierto.

En psicología hay algo llamado “sesgo de confirmación” que consiste en buscar pruebas para demostrar que nuestras creencias son ciertas. Al hacer esto, solo nos enfocamos en los hechos que nos dan la razón e ignoramos las millones de pruebas que nos demuestran que nuestra creencia es falsa.

Por ejemplo: **“soy demasiado joven para tener éxito”**

Nuestro sesgo de confirmación hará lo posible por enfocarse en los casos de jóvenes que fueron rechazados por su inexperiencia y los que no fueron tomados en serio por su apariencia, en vez de enfocarse en los millones de jóvenes alrededor del mundo que alcanzaron sus mayores metas antes de cumplir los 40 años de edad.

Cada persona tiene sus propias creencias limitantes, pero hay varias que son comunes en más del 80% de los emprendedores. A continuación, te mencionaré 5 de ellas:

**1.- “Vengo de una familia con problemas por eso me cuesta tener éxito”:** Hay personas que tienen un apego tan grande por las raíces, por el lugar de origen y por la familia, que les hace creer que ellos “son y serán” iguales que su familia. Es una especie de “lealtad” o “solidaridad” que no los lleva a ningún lado. Nosotros no elegimos donde nacer ni la familia que nos toca, pero sí elegimos lo que hacemos con nuestra vida una vez que tenemos cierto grado de conciencia. Venir de una familia inculta, pobre, sin apoyo, etc., no determina nuestro futuro. En realidad: nos motiva a ser mejores;

**2.- “Se necesita tener suerte para conseguir ciertas cosas”:** La suerte es el punto de intersección donde la oportunidad y la preparación se encuentran. Si llega el momento y no estás preparado, entonces tendrás mala suerte. Sin embargo, entiendo la definición de “suerte” de muchas de estas personas (hechos aleatorios ajenos a nuestro control y que nos afectan) pero créeme, este tipo de suerte juega una pequeñísima parte en nuestras vidas. Una, dos o diez cosas que nos hayan sucedido por “mala suerte” no interfiere en las miles de cosas que hacemos con plena consciencia y bajo nuestro total control para conseguir nuestras metas.

**3.- “No tengo dinero/contactos/experiencia y por eso no me va bien”:** Todos carecemos de ciertas cosas. Lo bueno de las carencias, es que son tan solo “agujeros” que debemos rellenar. ¿Te falta dinero? Pide un préstamo, un crédito o ahorra para conseguirlo. ¿Te faltan contactos? Júntate con personas que te puedan servir de apoyo para lo que necesitas. Y por favor no me digas “no es tan fácil” (porque ese comentario me haría pensar que quieres obtener las cosas sin esfuerzo). Tenemos que identificar nuestras carencias y planificar la manera de eliminarlas. No usarlas como excusa;

**4.- Hay que analizar todo muy bien antes de dar el primer paso”:** Esta creencia es muy común entre muchos emprendedores que buscan la seguridad y estabilidad en todo lo que hacen. Estoy de acuerdo en que no podemos lanzarnos sin tener conciencia de los riesgos, pero no hace falta tenerlo todo “bajo control” antes de dar el primer paso. Muchos emprendedores siguen esperando que llegue el momento correcto y la oportunidad correcta, en vez de dar el primer paso y dejar que la inercia, junto a la preparación, los guíen por el camino correcto.

**5.- "...es que mi caso es diferente":** Esta es la peor de todas. Somos tan especiales y al mismo tiempo tan ególatras, que pensamos que nuestro caso se sale de cualquier norma y tenemos condiciones especiales que nos hacen ser como somos y tener los resultados que tenemos. Creemos que nuestras condiciones son más difíciles, más crueles y más injustas que las del resto de las personas. Es un autoengaño condescendiente y complaciente que justifica nuestras acciones a través de frases como: "Él ha conseguido tener éxito porque (cualquiera de las razones), pero para mí no es tan fácil porque (cualquiera de las excusas)". Todos tenemos problemas, obstáculos y dificultades. De nosotros depende usarlos como excusa o como retos para volvernos cada día más fuertes, más ágiles y mejores en lo que hacemos.

Busca en tu vocabulario todas las frases que comiencen con: "no puedo hacer eso porque...", "no voy a hacer eso porque...", "no quiero hacer eso porque..." y estarás frente a tus mayores creencias limitantes.

Si realmente quieres conseguir lo que deseas, y me refiero a realmente querer conseguirlo (tanto como querer el aire para respirar cuando te sientes asfixiado) entonces conseguirás todo lo que te propongas. Pero si no estás convencido de que eso es lo que realmente quieres y simplemente "te gustaría" o "sueñas con tenerlo", entonces tus creencias limitantes gobernarán tu vida, lo que eres y lo que conseguirás.

El primer paso es tener conciencia que las tienes y eso es lo que quiero ayudarte a conseguir a través de este artículo.

(Kei, s.f.)

Tomado de: <https://alexkei.com/es/5-creencias-limitantes-que-impiden-alcanzar-el-exito/>