

Guía de lectura

Prepararse para no estar preparado

Improvisación para la vida

El Morenito Inc





Una gran manera de practicar los principios de la Improvisación para la vida es siguiendo esta guía práctica de lectura de la mano del libro Prepararse para no estar preparado.

En esta guía encontraras las preguntas orientadoras para iniciar el proceso de gestión de la incertidumbre en tu vida cotidiana, laboral, familiar.

Visita nuestra [página web](#) para adquirir el libro en tu plataforma de confianza y comienza esta aventura. Hazlo a solas o en grupo. La Improvisación para la vida es una gran herramienta de transformación.

Contextos

Nos gusta siempre empezar por una ambientación. De forma que, antes de entrar en materia, en este apartado te brindamos algunas ideas de partida.

El mundo que se abre con la improvisación es amplio. Busca, ante todo, mostrarte que en cada situación (incluye las difíciles y las rutinarias) eres parte de un entorno, un contexto más amplio del que haces parte. Saber identificar tu parte en el juego ayuda enormemente a estar en paz con uno mismo y, desde ahí, tomar decisiones estratégicas, es decir, orientadas a generar impactos en el entorno, siempre en el marco de los propios objetivos.

Algunas preguntas que te pueden ayudar a identificar tu contexto:

- ¿En qué situación te encuentras?
- ¿Cómo te sientes frente a eso?
- ¿Qué se espera de ti en este caso?
- ¿Cómo lo has resuelto en ocasiones anteriores?
- ¿Qué esperas de cada una de las personas que están ahí contigo compartiendo la situación?

Recursos complementarios

[Improverso](#)

[Plataforma](#)

[Improvisar es avanzar](#)

Principios de la Improvisación

Acá nos vamos de frente con el tema. Ocurre que la gama de significados de la palabra improvisación incluye “algo hecho por pura casualidad y sin preparación alguna” hasta “ajustarse a una nueva situación para la cual no hay preparación previa”. Sobra decir que esa segunda nos gusta mucho más y es la que le da cimientos a todo nuestro trabajo.

Percibir

Este es el momento donde recoges toda la información posible. Miras cada cosa que puedas mirar, observas el encadenamiento de acciones que te han traído hasta este punto. El propósito fundamental es llenarse de toda la información que pueda resultar relevante para los momentos que siguen.

Algunas preguntas que te pueden ayudar en el Percibir:

- ¿Cómo se encuentra mi cuerpo?
- ¿Me siento más cerca de la comodidad o de la incomodidad?
- ¿Cómo se encuentran anímica y emocionalmente las personas que comparten esta situación conmigo?

Principios de la Improvisación

Aceptar

En este punto ya dejamos de pelearnos (si es que lo estábamos haciendo) contra las razones que nos trajeron hasta esta nueva situación. Recuerda que esto se trata de prepararse a no estar preparados. Es decir, partimos de la convicción de que la capacidad de transitar la incertidumbre se puede entrenar. Y parte clave del entrenamiento es aprender a soltar pronto lo que ya no es posible: el viejo plan, el guion que nos sabemos de memoria desde hace años. El objetivo es, precisamente, Aceptar lo nuevo como algo que ya es.

Algunas preguntas que te pueden orientar en el Aceptar:

- ¿Puedo dar cuenta de cuánta ilusión/deseo/apego tengo sobre la idea o plan viejo que ya no se puede ejecutar?
- ¿Cuáles eran las características más atractivas de ese plan inicial?
- ¿Cómo se pueden replicar en un nuevo plan o una versión ajustada del inicial?

Principios de la Improvisación

Proponer

Ha llegado el momento de lanzar ideas nuevas. Ya recogimos información de la situación y, además, nos reconciliamos con la sensación, con la idea, de que esa primera idea, ese plan inicial, ya no van a ser posibles. Así que estamos preparados para no estar preparados: es el momento de intentar otros caminos.

Algunas preguntas para impulsar el Proponer:

- ¿Cuánto tiempo estoy dispuesto a permitir que pase antes de ingresar de nuevo a la acción?
- ¿De qué otras formas se pueden lograr los mismos resultados propuestos (o, incluso, mejorarlos)?
- ¿Con qué fortalezas contamos para hacer frente a esta situación coyuntural?
- ¿Qué pasa si no reaccionamos? Es realmente taaaan, pero taaaan grave que el viejo plan no se cumpla?
- ¿Qué hemos hecho antes en momentos donde una primera idea no pudo cumplirse?

Como ves, los tres principios te invitan a comprender la situación (Percibir), familiarizarte con ella —mientras dejas ir la anterior idea— (Aceptar), y lanzarte con nuevas propuestas para seguir adelante con la vida, mantener lo más posible la orientación estratégica y, sobre todo, aprender de tu reacción y tus propios mecanismos de tramitación de la incertidumbre para usarlos en una próxima ocasión.

Porque sí, habrá más ocasiones. Es el mundo en el que vivimos.

Recursos complementarios

[Los tres principios de la improvisación](#)

[Ventajas de percibir](#)

[Ventajas de aceptar](#)

[Ventajas de proponer](#)

Acción/reacción

En este capítulo vamos un poco más adentro de la lógica de funcionamiento del mundo. Sí: aunque a veces te tome por sorpresa, incluso en los momentos de mayor caos e incertidumbre, hay varias lógicas funcionando. La Improvisación para La Vida nos invita justamente a reconocer esas otras lógicas, a familiarizarnos con ellas y a percibir las en cada momento. Hay quienes lo llaman intuición, que no es otra cosa que un conocimiento que nos adelanta posibles desencadenamientos futuros de lo que está ocurriendo en el presente.

Así, la confianza en tu equipo y tu constante observación arman el puente sobre el que puedes cruzar una situación inesperada.

Preguntas que te pueden orientar en lo de Acción/reacción

- ¿Cuáles acciones nos han traído hasta este escenario actual?
- ¿Cuáles reacciones nuestras se nos han salido de control?
- ¿Además de las más evidentes, cuáles otras razones han sido acciones-causa? (detonantes, resortes o estímulos de la situación actual)

Recursos complementarios

[Improvisar es confiar](#)

[Improvisa según tu signo](#)

[Hecho es mejor que perfecto](#)

Impulso/Contraimpulso

Es fácil ver la acción (el impulso), pero no tan fácil captar el contraimpulso: esa acción previa a la acción, la que prepara el impulso, la salida de energía.

Uno de los puntos clave en el enfoque de Improvisación para La Vida, es que no hay uncausalidad. Es decir, un estado actual no es el resultado de una única acción. Es, más bien, la suma de muchas acciones, y microacciones. De esto no nos enteramos hasta que algo grande se desencadena, pero precisamente por eso te invitamos a una observación constante: para captar esos microgestos que adelantan estados emocionales, esos silencios sutiles que nos anuncian grandes declaraciones.

Algunas preguntas que te pueden orientar en lo de Impulso/contraimpulso

- ¿En la repetición de una jugada de gol, puedo captar el momento preciso en que el jugador supo hacia dónde debía moverse y/o enviar el balón?
- ¿Puedo replicar lo mismo en un escenario personal o empresarial?
- ¿Hubo alguna vez que intuí que iba a pasar esto que ahora está pasando?
- ¿Qué sentí esa vez?
- ¿Cómo gestioné esa emoción?

Recursos complementarios

[Pausa y silencio](#)

[Habilidades para la vida](#)

[Pensamiento creativo](#)

[Improvisar es contar una historia](#)

Texto/Contexto, Rol/estatus

En esta parte final integramos todos los conceptos. Jugamos a ver escenarios con y sin Improvisación para La Vida. Nos dejamos llevar por el sentido narrativo de la vida (porque te lo ayudamos a identificar). Y, con base en ese juego, abordamos la escucha, la confianza y algunos otros repertorios de acciones para integrar lo aprendido.

Algunas preguntas que te ayudan en lo de Texto/Contexto/Rol/Estatus

- ¿Puedes marcar una frontera entre la situación interna y la situación externa?
- ¿Qué factores externos e internos identificas como actores claves en esta situación?
- ¿Cuál es tu rol en esta situación, a qué cosas te obliga este rol, cómo vives ese lugar?
- ¿Qué sientes al respecto?

Recursos complementarios

[Escucha](#)

[Síndrome del impostor](#)

[Biblioteca nivel avanzado](#)

[Biblioteca nivel intermedio](#)

[Biblioteca nivel principiante](#)

En esta guía de lectura quisimos darte pautas para navegar el contenido del libro. Lo más importante siempre se encuentra en cómo logras integrar esas ideas, herramientas y preguntas en tu vida, lo cual aplica tanto para tu parte personal como para tu desempeño en el ámbito empresarial. Uno de nuestros hallazgos más importantes es, precisamente, ver los cambios que se producen cuando tus claridades personales empiezan a ayudarte a tomar decisiones en otros aspectos: familiares, organizacionales/empresariales. Finalmente, las organizaciones están constituidas por personas, y cada cosa que las personas aprendemos, integramos, aclaramos, se convierten en nuevas ideas, nuevas sensaciones y nuevos enfoques en el ámbito corporativo.

Acá en nuestro [blog](#) encontrarás más contenido de valor sobre habilidades para la vida, improvisación, planeación (y procrastinación, obvio siempre). Así mismo, síguenos en nuestras redes para que no te pierdas las últimas noticias de lo que estamos haciendo: [LinkedIn](#) e [Instagram](#). Y date un paseo por nuestra academia virtual —[GymproVirtual](#)— donde todos estos contenidos gratuitos se convierten en procesos formativos que te acompañan, paso a paso, en el proceso de mejorar tu desempeño en habilidades para la vida. Y si aún no tienes el libro, [aquí](#) lo puedes adquirir.

Prepararse para no estar preparado

Improvisación para la vida

El Morenito Inc

