

¿Cómo tomar decisiones?

escrito por Juan Esteban Restrepo

Tomar decisiones y, sobre todo, tomar decisiones complejas, es una de las tareas y responsabilidades más difíciles que tenemos los seres humanos. Nadie nos enseña y nadie nos prepara, no existen clases para tomar buenas decisiones. Aprendemos por cuenta propia, nos equivocamos, ensayamos, lo intentamos de nuevo y vamos construyendo una vida propia con algunas elecciones que definen nuestro rumbo: los amigos, los amores, qué estudiar, con quién compartir la vida y dónde vivir, tener hijos o no, aprender otro idioma, conseguir casa propia o viajar son algunas de las cosas que podrían cambiar nuestra vida para siempre. ¿Cómo tomar entonces una buena decisión?

En la psicología, la neurociencia, en la filosofía o la estadística, no hay una fórmula mágica para tomar decisiones. Hay metáforas, estudios y aproximaciones al proceso biológico y contextual que influyen sobre éstas, pero no hay certeza y garantía para asegurar que una decisión racional sea la correcta o sea la que nos hará felices.

Los datos tampoco son suficientes. Nassim Taleb nos recuerda permanentemente las limitaciones estadísticas y la posibilidad de ocurrencia de eventos altamente improbables. ¿Qué camino tomar en medio de la incertidumbre?, ¿cómo decidir cuando la racionalidad y la información no son suficientes?

A estas preguntas quiero proponer dos ideas que se complementan y que, desde mi experiencia vital, han funcionado como la mejor alternativa para tomar decisiones difíciles. La primera es la intuición: nuestra capacidad e instinto para generar soluciones y anticipar situaciones. Que no es una adivinación, sino una forma de inteligencia inconsciente que se alimenta de la experiencia previa y de la práctica, mas no del razonamiento. Es una forma espontánea y una forma complementaria de procesamiento de información. Gerd Gigerenzer, un psicólogo comportamental y experto en toma de decisiones, señala con claridad en su libro «Decisiones Instintivas: La Inteligencia del Inconsciente», que la intuición no es infalible, pero que podría ser

entrenada y mejorada con la práctica.

La segunda tiene que ver con el amor: con el poder de la pasión y la perseverancia, en palabras de Angela Duckworth. Y es que el amor puede ser el mejor impulso para tomar decisiones complejas. Seguir el corazón, escuchar las corazonadas puede llevarnos muy lejos, pues las decisiones basadas en el amor se caracterizan por el nivel de compromiso que implican, con aquello que valoramos profundamente y que estamos dispuestos a cuidar e invertir tiempo. Casi nadie se arrepiente de haber elegido con el corazón, por el contrario, en caso de dificultad o fracaso el corazón, nos recuerda haber hecho lo correcto y esto no da paz. Decidir con el corazón es poderoso porque viene de adentro, es intrínseco y real, no viene de afuera ni de factores externos. Es contra intuitivo, pero las decisiones tomadas con el corazón forjan una mentalidad determinada, apasionada y perseverante. Una mentalidad resiliente y que no se rinde. Decidir con amor y hacer lo que se ama le da sentido a nuestra vida; este es el verdadero éxito.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/juanes-restrepo-castro/>