

¿Quién se ha llevado mi queso?

Parece ser un libro muy sencillo y tonto sin embargo después de leerlo uno se da cuenta que el mensaje es importante para poder superar los temores al cambio.

Todo el mundo está en un constante cambio, el que trabaja por mucho tiempo en una empresa tal vez le da miedo cambiar a otro trabajo pensando que no le irá bien. Cambiar de colegio, de amigos, de casa, de edad, todo significa que hay un cambio.

Los personajes que utiliza el libro son sencillos y el vocabulario también es fácil de entender.

Para comprender este libro debemos describir los personajes que se desarrollan en esta fábula, los mismos son:

-Los Ratones:

- **Fisgón:** Detecta pronto el cambio y se lanza.
- **Escurridizo:** Se apresura a la acción

-**Los Liliputienses:** Parecido a los ratones pero se parecen mucho a los sentimientos de los humanos:

◊ **Hem:** Se niega y se resiste al cambio. Le da temor a que por cambiar le vaya peor.

◊ **Haw:** Aunque era igual a Hem aprendió a adaptarse al cambio, entendió que el tiempo no permanece estático y junto al tiempo las cosas cambian por lo que él debía cambiar también.

Una vez dos hombrecitos y dos ratones atrapados en un laberinto. Buscaban día y noche un queso para poder comer. Un buen día lo encontraron en un lugar de un laberinto. Todos quedaron sorprendidos ya que era un cuarto repleto de queso.

Todos los días los ratones y los hombrecitos se levantaban temprano para ir a saborear el rico queso. Pero cada día los dos hombrecitos se iban quedando atrás de los ratones, se levantaban más tarde porque creían que el queso les iba a durar para siempre.

Un día los se dieron cuenta de que el queso había desaparecido. Los ratones rápidamente se fueron en busca de otro cuarto que tuviera el mismo queso. En cambio los hombrecitos no lo podían creer. Estuvieron ahí un rato pensando en quien o como desapareció el queso. Hasta dudaban de los ratones. Pasaban los días y los hombrecitos cada vez se debilitaban más. Hasta que un día uno de ellos decidió seguir adelante en busca de nuevo queso. Y el otro decidió quedarse porque no quería aceptar la realidad.

Tras una larga búsqueda por fin encontró el cuarto relleno de queso y se encontró ahí a los ratones que ya llevaban un buen tiempo. A veces pensaba en su amigo si se quedo en aquel cuarto y decidiría cambiar para buscar nuevo queso.

Pero el hombrecito aprendió la lección, iba verificando diario el queso, si ya había poco o cuanto había, si y ya se iba enmohecendo. Y cada día se iba a recorrer más allá del laberinto para saber donde había más queso.

¿Cómo se lleva acabo un cambio?

Descongelamiento:

- No sabían que pasaría en el cambio.
- Sabían que si salían lo encontrarían, pero como ahí estaban cómodos no querían salir a enfrentar nuevos retos y peligros.
- Al decidir salir enfrentaron grandes problemas.
- Se sentían insatisfechos.
- Saber que si no comían se morían.
- Tenían ansiedad por comer.
- Intentaban buscar la salida.
- Saber que necesitaban.
- No sabían que hacer.

Movimiento:

- Saber que no es fácil el cambio y que solo dura un periodo determinado.
- Saber que al modificar la idea, se modifican muchas estructuras de los subsistemas.
- Al saber que existen nuevas posibilidades de cambio y que son para bien.

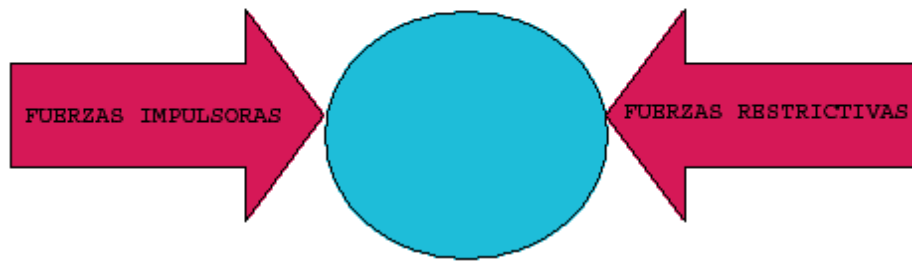
Recongelamiento:

- Que lo bueno no solo esta o se basa en el pasado, sino que también se centra en el presente y en el futuro, pero eso depende del enfoque que se le de y como se desarrolle por lo que ellos encontraron la felicidad al salir de ahí y descubrir que las posibilidades de cambio existen y siempre llevan a mejorar.
- Al darse cuenta que al salir no todo estaba mal, sino que al contrario todo estaría bien y con nuevas posibilidades de salir adelante.



Resistencia al Cambio

No querían cambiar no arriesgarse, ya que si no encontraran el queso morirían fuera de él por lo que se les hacia mas fácil quedarse en el mismo sitio.



FUERZAS IMPULSORAS

Que no tenían queso y que podían morir si no salían en busca de él.

FUERZAS RESTRICTIVAS

Que se encontraban bien en donde están, que si salían a buscar el queso tal vez no lo encontraban o morían en el intento.

Manifestación de la Resistencia al Cambio

- No querían porque no sabían que pasaría.
- No sabían si sobrevivirían.
- No sabían la grandeza de los obstáculos con los que se iban a enfrentar.
- Si aprenderían a encontrar el verdadero camino hacia el queso.
- Tenían miedo a lo desconocido.
- Imaginarse que no encontrarían el queso fuera de ahí, que solo iba a llegar a sus manos, al seguir esperando.
- Tener la incertidumbre de lo que iba a pasar si salían.
- Estudiaron mucho la idea, antes de salir.

Resistencia del Individuo al Cambio

- Ellos tenían una percepción del pasado muy buena por lo que no querían desprenderse de ella, porque el presente era incierto y el futuro lo era aún más, por lo que no querían sufrir y por tanto su percepción de lo bueno del pasado no les permitía crecer y ser más.
- Les fue difícil ya que tenían que luchar contra sus propios hábitos los cuales les impedían ver más allá de sus propias percepciones.
- Estaban tan aferrados a la idea de que el pasado fue tan excelente que no querían ni siquiera desprenderse de la idea para voltear a ver hacia el futuro, por lo que tenían miedo de que no fuese igual que el pasado, sino que peor; tenían una gran incertidumbre la cual les producía miedo.

Condiciones que Favorecen el Cambio

- Que los individuos se encontraban hartos de lo que pasaban por lo que uno de ellos salió en busca del queso para salir adelante y no quedarse en lo mismo, porque sabía que si no iba a buscarlo nadie lo haría y menos el queso llegaría a sus manos.
- Tenía tantos deseos de llegar a tener el queso en sus manos que no le importó nada y salió a la búsqueda de él, le fue difícil porque no se encontraba a la vuelta de la esquina, pero cuando al final lo tuvo se sentía realizado y orgulloso de sí mismo.

Los puntos clave de este libro son:

- La vida es un constante cambio
- Debemos anticiparnos al cambio para que no nos tome de sorpresa
- Si nos anticipamos al cambio podemos controlar el cambio
- Debemos adaptarnos al cambio con rapidez no podemos sentarnos a pensar lo que teníamos antes
- Después de adaptarnos al cambio debemos realmente cambiar
- Disfrutemos el cambio. Si no llegamos a sentir que nos gusta seremos infelices
- Debemos seguir cambiando, ya que la vida es un proceso de cambio constante.

Los ratones del libro tropezaban y se perdían pero nunca dejaron de empezar a buscar de nuevo, tenían siempre el ánimo listo para continuar. Si por algún motivo nos equivocamos o cometemos cualquier error no debemos sentirnos fracasados ni hacer sentir fracasado a los demás, lo que debemos hacer es seguir buscando hasta llegar a nuestra meta, después debemos ponernos otra meta porque la vida es cambiante nunca termina de cambiar.