

# Peter Yamakawa: Disculpas en tiempos difíciles

En un contexto empresarial y social complejo producto de la pandemia, es importante que sepamos reconocer nuestros errores, ofrezcamos disculpas y demos soluciones para superar los impases producidos. Estas tres acciones pueden mejorar de manera notable la imagen de una persona frente a su entorno.

Uno de los impactos silenciosos pero muy profundos de la pandemia de la COVID-19 es el estrés generado en las personas, tanto a nivel familiar, social o laboral. Esta problemática ha desencadenado a su vez situaciones de intolerancia, falta de paciencia, ansiedad, entre otros, que pueden provocar desencuentros con las personas que nos rodean.

Ante este contexto, la capacidad de reconocer los errores, pedir disculpas y ofrecer soluciones a los impases producidos son acciones fundamentales para mejorar nuestra salud psicológica y nuestro desempeño diario, ya sea en el hogar o en nuestro trabajo (así sea de forma remota).

Una disculpa efectiva debe ser sincera, directa y sin justificación. Sin embargo, la forma de disculparse también dependerá de la gravedad del error cometido y la cantidad de personas afectadas. Aun así, la capacidad de reconocer los errores mejora la imagen y el respeto de toda persona.

# Errores aceptados

El reconocimiento de un error le permite a una persona tomar consciencia sobre la razón de su disculpa. Es un primer paso simple pero muy importante. También implica mostrar mucha empatía para convencer a la otra parte de que se comprendió el impacto causado.

El siguiente paso es admitir el error cometido. A menudo, las personas se excusan, culpan a otros o no se responsabilizan de manera adecuada. Disculparse puede ser incómodo, pero permite ganar, a largo plazo, un mayor respeto por parte de quienes nos rodean.

## ¿Cómo mejorar?

Durante la disculpa, lo mejor que se puede hacer es hablar sobre la lección que deja la situación vivida. Así, la discusión puede convertirse en algo más positivo. Es verdad que todos cometemos errores, pero el verdadero problema surge cuando se permite que el mismo error ocurra más de una vez.

Finalmente, es recomendable sugerir un plan, una solución o una forma para ayudar a rectificar la situación. Esto permite demostrar que se aprendió el error con una acción significativa.

Si bien cada situación es distinta, este proceso nos puede permitir desenvolvemos con mayor armonía y generar un ambiente positivo, dándonos paz mental y siendo un agente de cambio en un entorno que necesita de más soluciones y menos

problemas.