Como Superar El Miedo Al Fracaso

El miedo al fracaso, es usualmente común por obvias razones. La gente quiere [lograr el éxito](http://www.sebascelis.com/10-pasos-para-lograr-el-exito/), sin embargo, sólo aquellos con la valentía suficiente para confrontar este tipo de miedo, son capaces de superarse a sí mismos y lograr cualquier meta que se propongan. Aquellos que no sepan como superar el miedo al fracaso, están inhibiendo todo su potencial de realización.

El elemento más destructivo acorde al miedo al fracaso, es la falta de habilidad para aceptar las críticas. En contraste, se tiende a magnificar los errores que se han cometido, hasta que se llega un punto en el que es imposible librarse de ellos. Existen circunstancias donde el miedo al fracaso es tan inmenso, que la gente tiende a limitarse a si mismos al punto de ni siquiera intentarlo por miedo a fracasar.

Como superar este miedo

Porque darle importancia al miedo al fracaso?… deberías preguntarte. A menos que seas capaz de dejar atrás el miedo al fracaso, no podrás lograr tus metas ni [ser exitoso](http://www.sebascelis.com/ser-exitoso/). A veces, el miedo al fracaso produce sentimientos y pensamientos negativos los cuales reducen todo tu potencial. Piensas que no eres capaz de lograr algo, cuando de hecho si puedes.

Una vez tengas la valentía suficiente para hacer algo acerca de este miedo, serás capaz de proveerte con mayor libertad para hacer lo que necesitas para lograr el éxito. He aquí algunos métodos básicos.

Haz algo respecto al miedo al fracaso

El miedo al fracaso te inmoviliza. Este miedo te envuelve lo suficiente como para evitarte siquiera intentar hacer algo por no ir a fracasar. Si ni siquiera lo intentas, no fracasas… pero tampoco vas a lograr el éxito. Por el contrario, toma la decisión de lograr tus metas y sueños conquistando tus miedos. Si fracasas, entonces adquirirás el conocimiento suficiente de aquellos factores que puedes mejorar. Si no fracasas, tendrás la convicción de haber superado tu miedo al fracaso.

Encuentra alternativas

Existen varios factores que contribuyen tanto al éxito como al fracaso. Sea lo que sea que emprendas, debes observar tu comportamiento, y adaptarlo para ir en busca de lo que quieres lograr. Pero el paso más importante que puedes dar es nunca asociar el fracaso contigo. Siempre puedes dar media vuelta, e intentar otras cosas, buscar alternativas para lograr tus objetivos y metas. Puedes intentar hacer las cosas de manera diferente, pues quizás los métodos que usas sean la causa del fracaso.

Aprende del fracaso

Esto es lo mejor que puedes tomar de la experiencia y también una de las formas más efectivas de librarse de este miedo. En lugar de poner toda la culpa en ti mismo por haber fracasado en tus esfuerzos, tómalo como una experiencia y aprende de ello. Esto te permitirá fracasar en el futuro de nuevo. Considera las siguientes preguntas, que te darán las respuestas en tu necesidad de conquistar el miedo al fracaso.

* En que punto cometes tus errores?
* Como podrías prevenir que esos mismos errores ocurran de nuevo?
* Cuáles son los aspectos de mi vida que puedo mejorar?

Los errores muchas veces se traducen como experiencias. De esa manera, tienes más oportunidades de aprender y mejorar. Después de todo, si no has experimentado ningún tipo de fracaso, entonces no tendrías forma alguna de cambiar para mejorar. En términos de conquistar este tipo de miedo, es importante que aprendas como confrontarlo y superarlo. Si no, podrías terminar repitiendo una y otra vez los mismos errores, o peor aún, que tus fracasos te prevengan de seguir tus ideales.