

3 tipos de procrastinador: siempre a última hora



Un procrastinador es la persona que trata de retrasar lo que tiene que hacer la mayor cantidad de tiempo posible; es decir, esperar hasta que tenga que hacer algo porque no hay otra opción. Para saber si eres un procrastinador, déjame preguntarte algo: ¿Eres de las personas que dice trabajar mejor bajo presión? ¿Has pensado que tu vida sería más fácil si hicieras todo lo que quieres cuando quieres? ¿Cuántas veces has prometido que será la última vez que lo dejas todo para el final y aún así te encuentras nuevamente con la presión, frustración y ansiedad sobre tus hombros?

Hoy te describiré los tres tipos de procrastinador y espero que si sientes que eres uno, puedas identificar de cuál tipo y esto te ayude en el proceso para corregirlo. Tu vida podría ser mucho más sencilla y mucho más exitosa si tan solo pudieras poner tus energías en la forma correcta en tus proyectos, tareas y aún en tus sueños y cómo los ejecutas.



Si prestas atención, las personas exitosas, las personas que alcanzan sus sueños y se convierten en nuestros héroes o al menos las personas que deseáramos imitar; son personas que han logrado la disciplina y dedicar el tiempo necesario para la constancia que requiere alcanzar cualquier sueño que valga la pena. No le resto mérito a estas personas, simplemente trato de hacerte notar que lo que te separa a ti de tu ídolo es dedicar el mismo esfuerzo y tiempo para alcanzar las habilidades que ella o él tiene.

Muchas veces enfocar nuestra energía de la forma correcta puede hacer toda la diferencia si tan sólo la enfocamos de la forma correcta y aprendemos a enfocar nuestra mente a alcanzar lo que

realmente deseamos. De hecho, antes de entrar a la descripción de los tres tipos de procrastinadores y sus razones para actuar así, toma un minuto y echa un vistazo al método Maestro Mental que te muestra la técnica comprobada para programar tu mente para el éxito y la felicidad en tu vida, haz [click aquí: Maestro Mental](#).

1. Rebelde

Este es el tipo de persona que desea castigar a otros con falta de esfuerzo o dedicación. En breve, este tipo de procrastinador no está satisfecho con algo que debe hacer básicamente por problemas con la persona que se lo solicita, así que retrasa la ejecución de lo que debe hacer tanto como sea posible como una forma de castigar a esa otra persona, compañía o aún a la misma sociedad.



Si alguna vez has ido a un servicio público o a algún banco conocerás a este tipo de persona; es la que te tiene esperando en la fila y parece no importarle que lleves horas esperando, simplemente no es su problema, es esa cajera que parece disfrutar hacer esperar más a la gente de lo que necesita.

Un poco menos evidente, pero que muchos podrían reconocer, es el empleado al que se le requiere un reporte o una tarea y por problemas con el jefe, simplemente posterga realizar el reporte o presentación hasta que quede poco tiempo para ello o del todo no lo hace.

El problema con este procrastinador es que los efectos negativos son sólo sobre sí mismo pues en lugar de castigar a las otras personas se castiga a sí mismo extendiendo el tiempo necesario para las tareas solicitadas, ganándose el desprecio o al menos malos sentimientos de las personas que son perjudicadas pero que al final del día regresarán a sus propias vidas y continuarán con lo suyo, mientras el procrastinador escoge y continúa con la siguiente víctima.

2. Miedo al fracaso



Este es fácil de entender y no se trata de retrasar el progreso del mundo como el anterior como venganza a los demás, como en el caso anterior. Se trata del temor al fracaso.

Es natural desear evitar fracasar en lo que hacemos, nadie desea fallar aunque sea parte del proceso natural de aprendizaje en todo campo y acción. Sin embargo, muchas personas sufren de un temor extremo que los lleva a procrastinar aún su propia felicidad y éxito como forma de evitar fracasar. En palabras simples: si no te arriesgas, no pierdes.

En algunos casos el temor puede ser tan grande que puede ser paralizante y puede limitar hasta donde llega una persona simplemente por el temor a equivocarse o fallar. Este temor se manifiesta en ansiedad y síntomas relacionados, si te identificas con temor a fallar, porqué no le echas un vistazo a la [guía para manejar, tratar y hasta curar la ansiedad en tu vida <haz click>](#).

El temor es una reacción natural, pero es simplemente una forma de señales que te informan la situación del mundo que te rodea; pero no debes permitir que el temor te paralice y evite alcanzar todo tu potencial como para llegar a lo que deseas. Algunas veces necesitas arriesgar si deseas ganar, y en muchos casos debes estar preparado para fallar y aprender de esas fallas de la forma correcta para crecer. Mira el enlace que te sugerí arriba para aprender a preparar tu mente para este proceso de crecimiento y aprendizaje.

3. Miedo al éxito



Dejé la personalidad más controversial para el final, pues muchos pensarán que no existe alguien que tenga miedo al éxito o que postergue su éxito sólo por miedo a lo que muchos interpretan como felicidad. Sin embargo, muchos allá fuera se auto-sabotean y evitan realizar su trabajo simplemente porque tienen miedo a tener mucho éxito y que esto les traiga consecuencias negativas.

Un ejemplo sencillo es personas que piensan que sus habilidades no son tan geniales como los demás piensan, así que si llegan a alcanzar una nueva posición laboral o llegaran a sobresalir en deportes, música o aún en el colegio, cuando todos presten atención simplemente descubrirán que es un mentiroso o que lo ha logrado todo por suerte.

Podrás decir que estoy exagerando, pero si analizas tu vidas te darás cuenta que muchas veces has dejado pasar oportunidades únicas por temor a que todo salga como deseas y alcanzar justo esa meta y que el éxito te traiga complicaciones. Por ejemplo, un trabajo que te exija más de lo que estás dando ahora y aunque te resulte más satisfactorio y mucho mejor remunerado, te tomará más tiempo y esfuerzo.



Déjame cerrar esta entrada con una pregunta sencilla: si no



tienes miedo al éxito, porqué buscas excusas para evitar iniciar todos esos proyectos de vida que siempre has deseado? Porqué no tienes las citas con las personas que te interesan? Porqué no aprendes los idiomas que siempre te han interesado? Porque no tocas el instrumento que siempre deseaste aprender a tocar?

Tengo dos posibles respuestas para estas preguntas: 1) tiempo o 2) has tenido miedo de intentarlo y fracasar o aún peor, tener éxito y que eso no te satisfasga tanto como piensas. Puedes echar un vistazo a los enlaces que te sugerí arriba y tomar acción para convertir tu vida en lo que deseas. Deja de postergar tu felicidad, empieza a hacer lo que tienes que hacer para alcanzar tu felicidad y éxito personal, profesional y aún más allá.

Te recomiendo echar un vistazo a mi video de [características de personas altamente efectivas y exitosas «ver video en YouTube»](#).

Comparte esto:

- [Correo electrónico](#)
- [Imprimir](#)
- [Facebook](#)
- [Twitter](#)
- [Google](#)
- [Tumblr](#)
-

Me gusta:

Me gusta Cargando...

Relacionado

Posted on [12 febrero, 2017](#) by [estresAdmin](#) en [Éxito](#), [Tratamientos](#)