

WORKSHOP LIDERÁNDOME PARA LIDERAR A OTROS

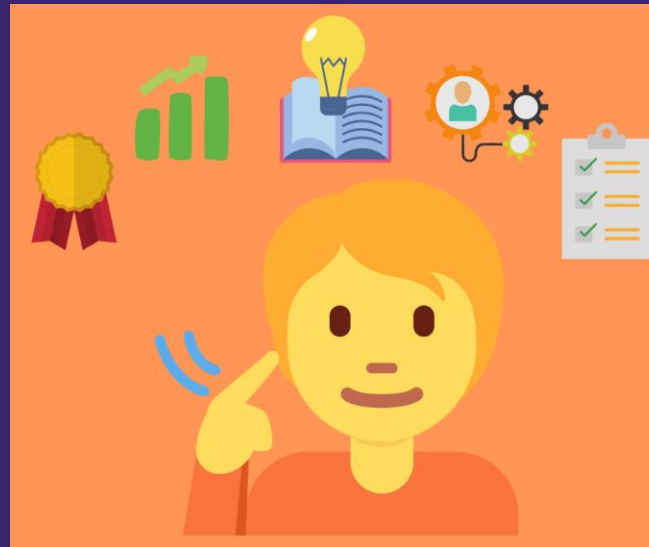
Dr.
Dra. Mayla Perdomo
MANIFESTANDO TU GRANDEZA

Owell
BONI

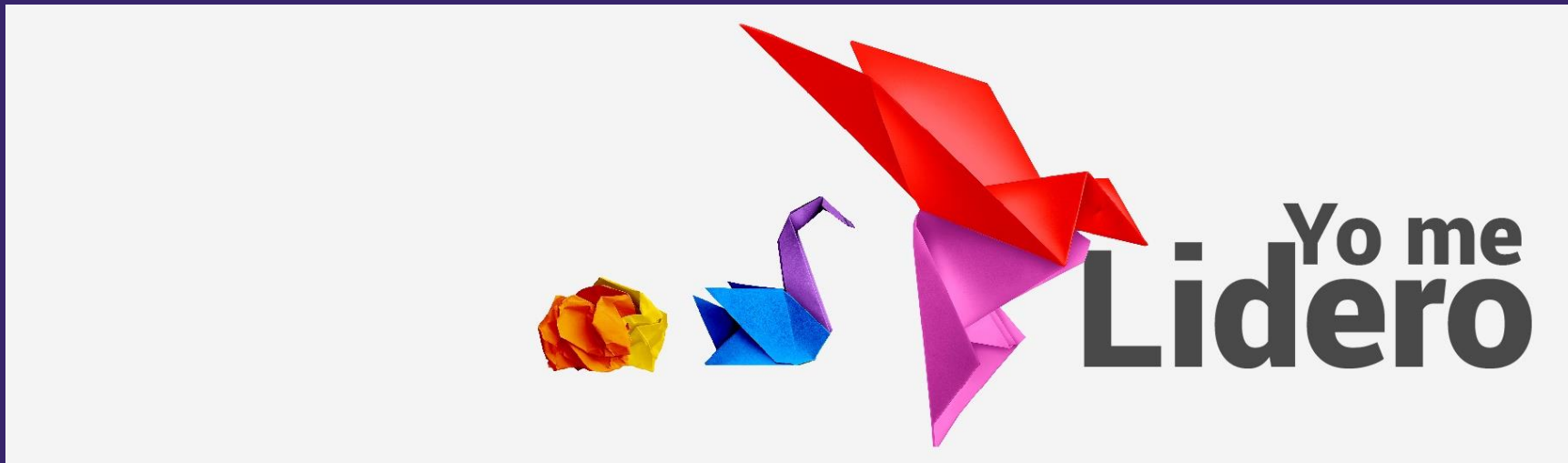
MAXWELL
LEADERSHIP.

**LIDERAR A OTROS ES UNA
RESPONSABILIDAD QUE
REQUIERE QUE ME LIDERE A MI
MISMO PRIMERO!**

La persona más difícil de liderar siempre eres tú mismo



Y YO, CÓMO ME LIDERO?



CRECIENDO INTERIORMENTE!



1. Ley de la **Intencionalidad**

El crecimiento no ocurre
por sí solo

Trampas que hacen que NUNCA CREZCAS...



LA TRAMPA DE LA SUPOSICIÓN

Asumo que creceré automáticamente.



LA TRAMPA DE LA PERFECCIÓN

Debo encontrar la mejor manera antes de comenzar.



LA TRAMPA DEL CONOCIMIENTO

No sé cómo crecer.



LA TRAMPA DE LA INSPIRACIÓN

No tengo ganas de hacerlo.



LA TRAMPA DEL MOMENTO OPORTUNO

No es el momento adecuado para comenzar.



LA TRAMPA DE LA COMPARACIÓN

Hay otros mejores que yo.



LA TRAMPA DEL ERROR

Me da miedo equivocarme.



LA TRAMPA DE LA EXPECTATIVA

Pensaba que sería más fácil.

MAÑANA

NUNCA

ARREPENTIMIENTO

DOLOR, REMORDIMIENTO



Crecimiento **accidental**:

1. Piensa en comenzar mañana.
2. Espera que el crecimiento llegue por sí solo.
3. Aprende solo de los errores.
4. Depende de la buena suerte.
5. Abandona pronto y a menudo.
6. Desarrolla malos hábitos.
7. Pronuncia grandes discursos sobre las cosas que hace.
8. Se va a lo seguro.
9. Piensa como una víctima.
10. Confía en el talento.
11. Deja de aprender después de graduarse.

Crecimiento **intencional**:

1. Insiste en comenzar **hoy**.
2. Asume toda la **responsabilidad** de su crecimiento.
3. A menudo **aprende antes de equivocarse**.
4. Confía en el **trabajo CONSTANTE**.
5. **Persevera** arduamente.
6. Adquiere **buenos hábitos**.
7. **Hace las cosas** que dice que hará.
8. Toma **riesgos**.
9. Piensa como **principiante**.
10. Confía en el **carácter y disciplina**.
11. Se considera una persona en **proceso de aprendizaje**.

AUTOCONOCIMIENTO

Qué quieres lograr en tu vida y aún no lo has hecho?
(Exprésalo en positivo)

Quiero lograr... PERO...

NO he logrado mi meta de... PORQUE ...

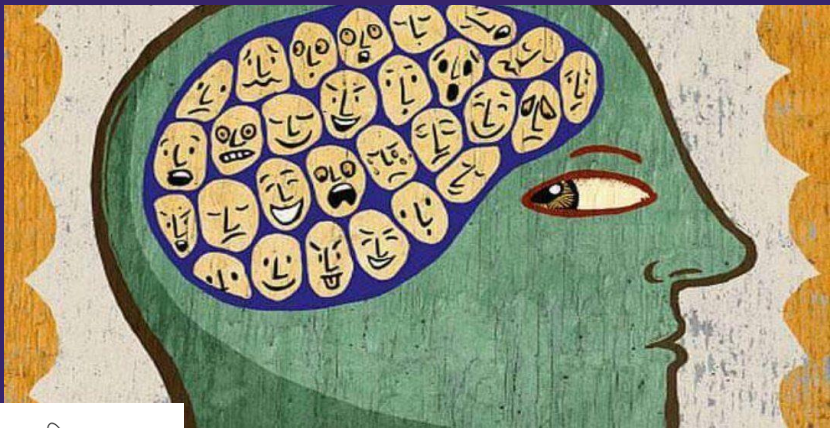
AUTOCONOCIMIENTO

Todos los "PERO'S" Y LOS "PORQUE'S"

EXCUSAS, JUSTIFICACIONES... MIEDOS

CREENCIAS LIMITANTES

ERES ILIMITADO!



AUTOCONOCIMIENTO

Expresarlo en POSITIVO

REINSTALAR NUEVAS CREENCIAS!



El crecimiento no ocurre porque sí;
ni para ti, ni para nadie. ¡Tienes que
buscarlo y ser responsable del mismo!

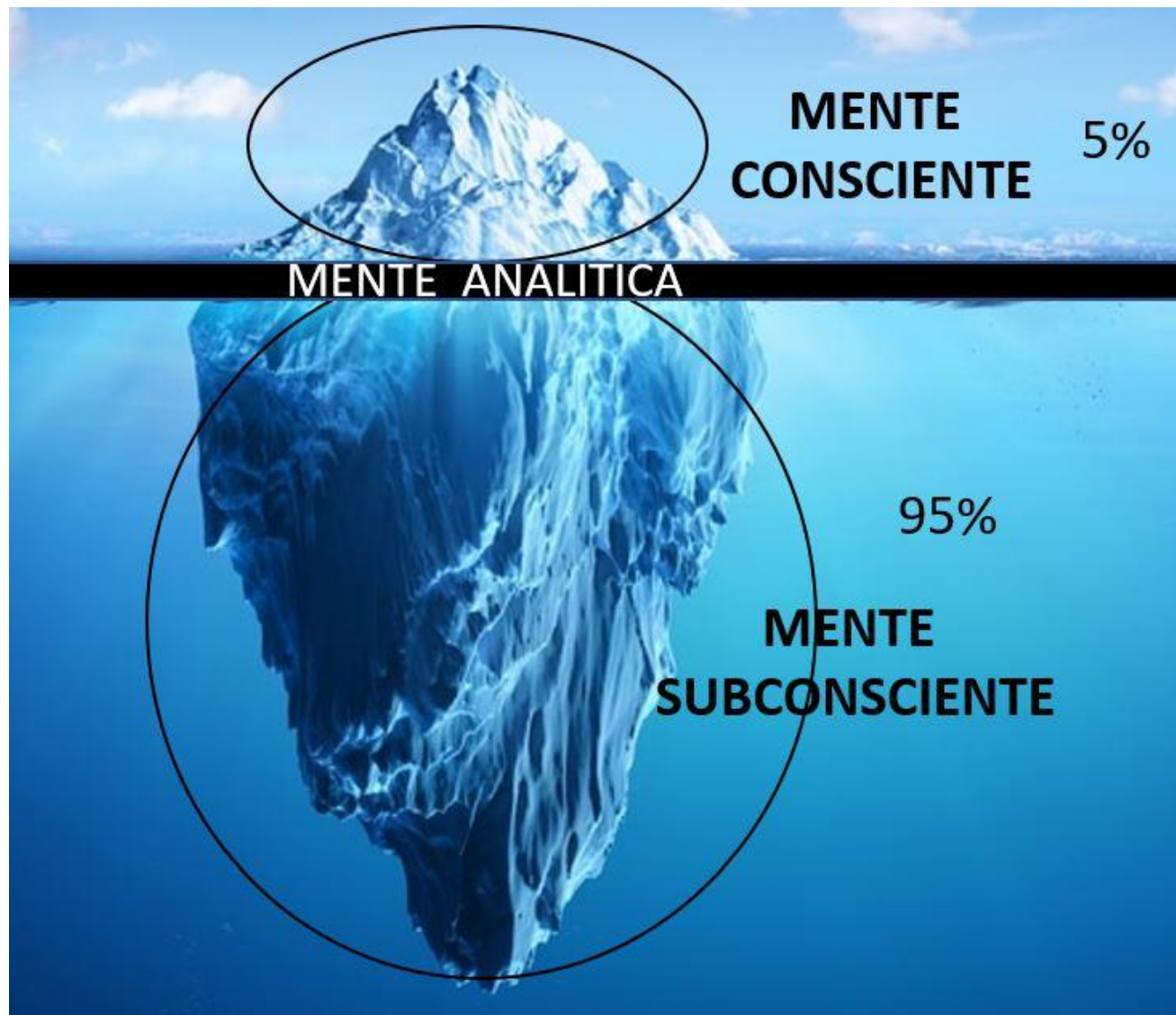


MAXWELL
LEADERSHIP.



2. Ley de la **Conciencia**

Debes conocerte a ti mismo para poder crecer



MAXWELL
LEADERSHIP.



PENSAMIENTOS

EMOCIONES/ SENTIMIENTOS

PALABRAS

DECISIONES

ACCIONES

HÁBITOS, TEMPERAMENTO, PERSONALIDAD

REALIDAD / VIDA



¿Tienes un sentido de dirección?

Hay **tres tipos** de personas cuando se trata de tener dirección en la vida:

2. Personas que saben lo que les gustaría hacer, pero no lo hacen: **Están frustradas.**

1. Personas que no saben lo que les gustaría hacer: **Están confundidas**

3. Personas que saben lo que les gustaría hacer y lo hacen: **Se sienten realizadas.**

«El primer paso hacia el cambio es la conciencia».
- Nathaniel Branden

¿Cómo encontrar tu pasión y propósito?



IKIGAI "Una razón de ser"



BENEFICIOS EN LA SALUD del IKIGAI

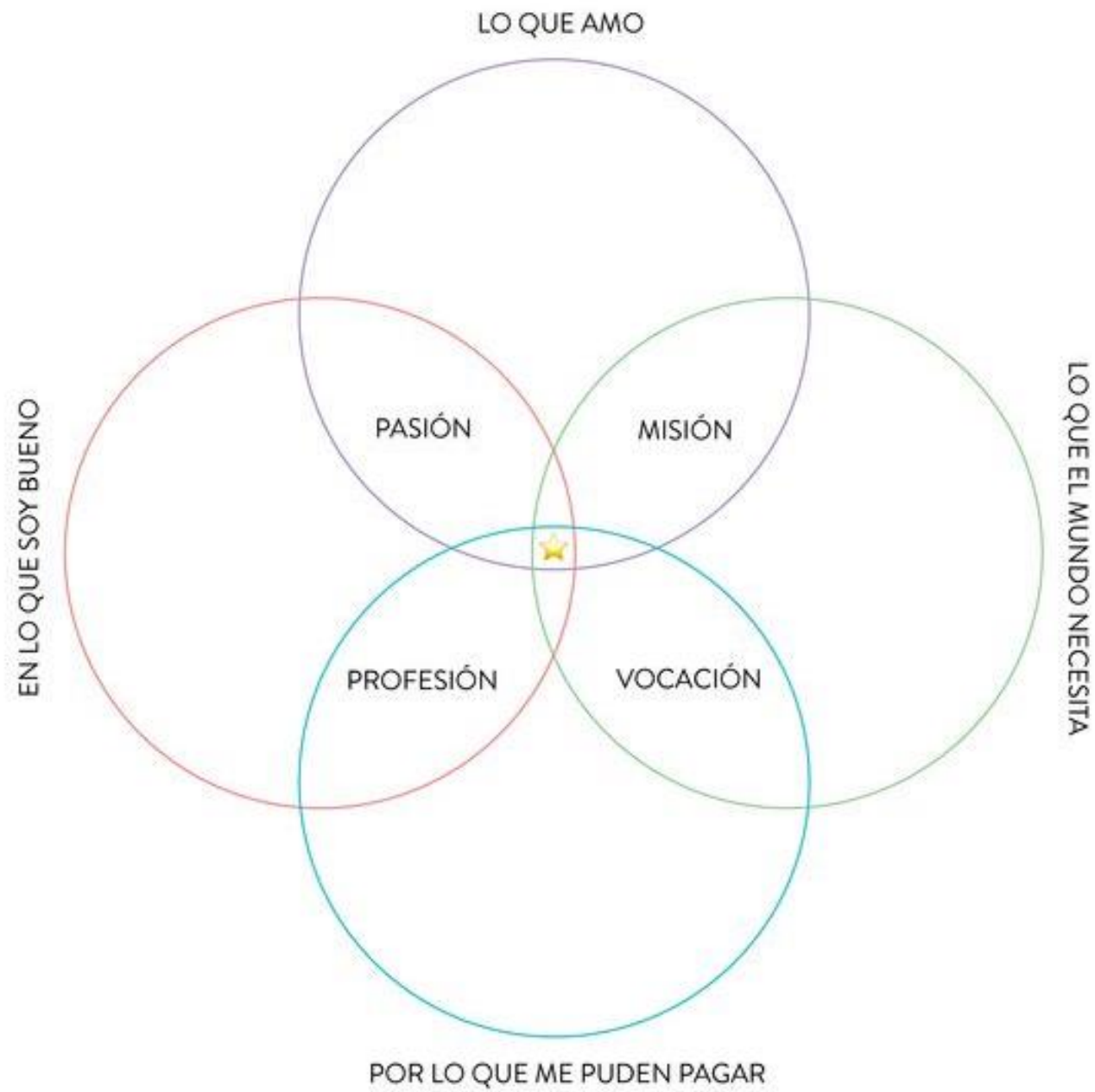
Reduce la ansiedad, sentido de satisfacción

Es bueno para tu corazón

Autorrealización, seguridad personal

Te hace más resiliente

Incrementa la longevidad





«Hay dos grandes días en tu vida: El día
en que naciste y el día en que
descubriste por qué».

- John C. Maxwell



MAXWELL
LEADERSHIP.



3. Ley del Espejo

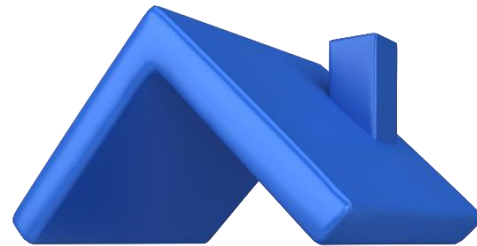
Debes ver el valor en ti mismo
para darte más valor

El poder de tener una **imagen positiva** de nosotros mismos



El autoconcepto positivo es la clave más significativa de la conducta de una persona

Como te ves determina la forma en que te comportas.



Un autoconcepto inadecuado es un tope para nuestro potencial

No puedes llegar más allá del límite que establezcas en la imagen que tienes de ti mismo.



El valor que nos damos a nosotros mismos es el valor que nos dan los demás

Si te valoras poco, ten por seguro que el mundo no te dará un valor superior.

DIÁLOGO INTERNO

Cuida lo que dices de ti mismo

1

¿Cómo es tu conversación interna?
¿Es positiva o negativa?

Si queremos cambiar lo que pensamos de nosotros mismos, tenemos que cambiar la manera en que nos hablamos a nosotros mismos.

2

Deja de compararte con otros

Compararte con otros es realmente una distracción innecesaria. El único con quien debes compararte es contigo mismo. Tu misión es ser cada día mejor de lo que fuiste ayer.





MAXWELL
LEADERSHIP.



Las personas no pueden llegar más arriba del tope que impone la imagen que tienen de sí mismas.



MAXWELL
LEADERSHIP. 

4. Ley de la Reflexión

Aprender a hacer una pausa
hace que el crecimiento te
alcance

El poder de hacer una pausa



La reflexión convierte la experiencia en conocimiento

Haz una pausa para comprender lo que la experiencia está tratando de enseñarte y realiza los cambios necesarios.



Todos necesitamos un tiempo y un lugar para hacer una pausa

Detenerte para reflexionar es una de las actividades más valiosas que puedes hacer para crecer y asegurarte de que estás en el camino indicado.



Hacer una pausa con un objetivo expande y enriquece el pensamiento

Encontrar un lugar donde pensar y adquirir la disciplina de hacer una pausa tiene el potencial de cambiar tu vida. **Un minuto de reflexión vale más que media hora de conversación.**



Cuando hagas una pausa, usa las 4 «i»

Cuando dediques un tiempo a hacer una pausa y reflexionar, tu pensamiento debería ir en las siguientes direcciones:

1. Investigación

Descubre las ideas y principios que hay en cada experiencia.
Haz preguntas.

2. Incubación

Cocina a fuego lento tu experiencia de vida. Reflexiona y medita en tus ideas.

3. Iluminación

Es cuando repentinamente entiendes o ves algo por primera vez como resultado de la reflexión e incubación de tus ideas.

4. Ilustración

Es el proceso de dar sustancia a las ideas.



Nunca olvides que tu meta en el
LIDERAZGO PERSONAL es
alcanzar tu potencial. Para hacerlo,
tienes que seguir haciendo una
pausa, planteándote preguntas y
creciendo cada día.



MAXWELL
LEADERSHIP. 



5. Ley de la Constancia

La motivación te pone en
marcha; la disciplina te hace
seguir creciendo

KAIZEN

FILOSOFÍA DE MEJORA CONTINUA

KAI =

PEQUEÑO", "REDUCIDO",
"CONTINUO" Y "BUENO".

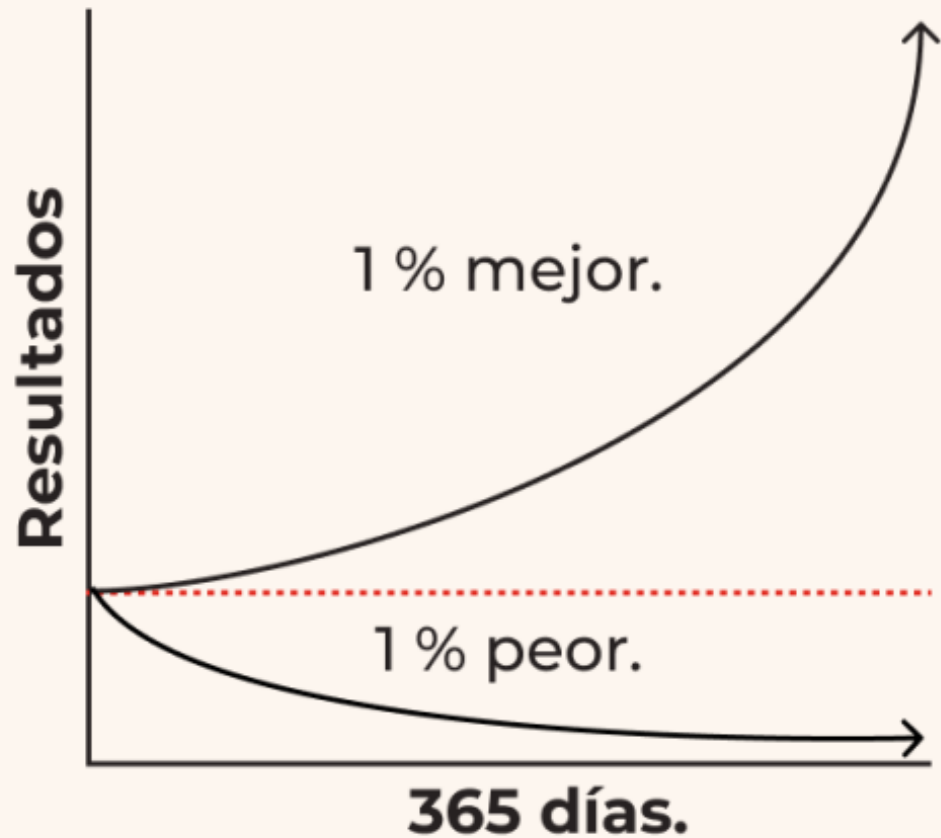


ZEN =

"BUENO" Y "CAMBIO
FAVORABLE".



Mejorar continuamente, es hacer un trabajo de hormiguita. Se trata de añadir pequeños cambios en tu vida personal o profesional para lograr resultados exitosos.



1% MEJOR CADA DÍA.

1 % mejor cada día por 1 año. $1.01^{365} = 37$

1 % peor cada día por 1 año. $0.99^{365} = 00.03$

«Si logras mejorar 1% todos los días durante un año, serás 37 veces mejor. Si empeoras 1% cada día durante un año, tu desempeño llegará casi a cero».

- James Clear, Atomic Habits.

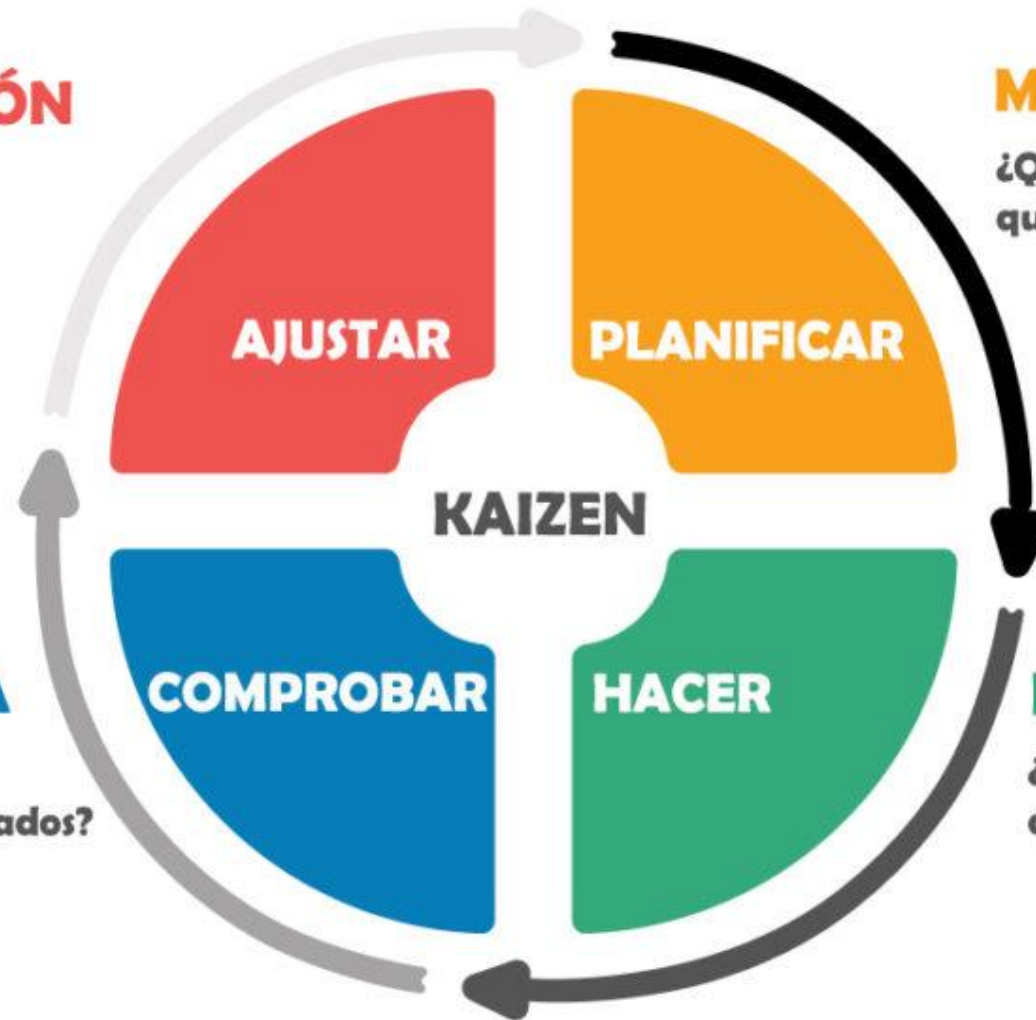


ADAPTACIÓN

¿Qué acciones debo corregir?

METAS

¿Qué objetivos quiero lograr?



CONCIENCIA

¿Estoy alcanzando los resultados esperados?

HÁBITOS

¿Qué pasos debo dar?

Rinconpsicologia.com

Diferencia entre centrarse en las metas y centrarse en el crecimiento



Centrarse en las metas:

Te enfoca en un destino.

Te motiva a ti y a otros.

Es temporal.

Te desafía.

Cesa cuando alcanzas la meta.



Centrarse en el crecimiento:

Te enfoca en el viaje.

Te hace madurar a ti y a otros.

Es para toda la vida.

Te cambia.

Te lleva a seguir creciendo después de alcanzar la meta.

La distancia entre los sueños y la realidad, se llama DISCIPLINA y CONSTANCIA



MAXWELL
LEADERSHIP.



6. Ley del Ambiente

El crecimiento prospera en entornos propicios

El cambio depende de **tus decisiones**

Crecimiento = cambio
(es imposible crecer sin cambiar)



“

**Eres el promedio
de las 5 personas
que te rodean.**

Jim Rohn



MONEST

Cuáles son las 5 personas que te rodean?

1. Escribe el nombre de las 5 personas con las que compartes más tiempo.
2. Califica el nivel de éxito y crecimiento de cada una de ellas, del 1 – 5.
3. Haz el promedio (suma y divide entre 5)
4. Cuál es el resultado?

¿Cuáles son las 5 personas que subirían tu promedio?



En un ambiente de crecimiento:

- Hay otras personas **delante** de mí.
- Estoy siendo **desafiado** continuamente.
- Siempre me enfoco hacia **adelante**.
- La atmósfera es de **afirmación**.
- A menudo estoy fuera de mi **zona de confort**.
- Me despierto **entusiasmado**.
- El fracaso no es mi **enemigo**.
- Otros también están **creciendo**.
- Las personas desean **cambiar**.
- El crecimiento se **modela y se espera**.

Si eres un líder, haz todo lo que esté en tus manos para desarrollarte a ti mismo y crear un entorno propicio donde otros puedan crecer. Será la mejor inversión que hagas como líder.



MAXWELL
LEADERSHIP. 



7. Ley del Dolor

El buen manejo de las malas experiencias te conduce a un gran crecimiento

A veces
• SE GANA •
~ otras se ~
APRENDE

Las malas experiencias



Todas las personas las tienen

Tienes que tener expectativas realistas cuando se trata del dolor y los problemas, porque no puedes evitarlos.



A nadie le gustan

Normalmente, las malas experiencias son dolorosas. Sin embargo, si aprendes algo de ellas, disfrutarás hablar de ellas después.



Pocas personas sacan enseñanzas positivas de las malas experiencias

Si estás enfocado en el crecimiento, debes estar comprometido a aprender algo de tus malas experiencias.

El archivo del dolor



1. El dolor de la inexperiencia.
2. El dolor de la incompetencia.
3. El dolor del desengaño.
4. El dolor del conflicto.
5. El dolor del cambio.
6. El dolor de la mala salud.
7. El dolor de las decisiones difíciles.
8. El dolor de las pérdidas económicas.
9. El dolor de la pérdida de relaciones.
10. El dolor de no ser el número uno.
11. El dolor de viajar.
12. El dolor de la responsabilidad.
13. El dolor de las malas decisiones





Convierte tu dolor en ganancia



Escoge una actitud positiva en la vida

El producto de tu actitud en la vida es tu manera de ver las cosas.



Acepta y desarrolla tu creatividad

Cuando tengas una mala experiencia, en lugar de permitir que te desaliente o enoje, encuentra una manera de utilizarla para impulsar tu creatividad.



Acepta el valor de las malas experiencias

Enfrentar dificultades es inevitable. Aprender de ellas es opcional.



Haz cambios positivos después de aprender de las malas experiencias

Cuando te encuentres en medio de una mala experiencia, recuerda que estás en la cúspide de una oportunidad para cambiar y crecer.



Asume la responsabilidad de tu vida

Las personas que se sobreponen a las malas experiencias, evitan la etiqueta de «víctima» y asumen la responsabilidad de avanzar.





**SER FELIZ ES DEJAR DE
SER VÍCTIMA DE LOS
PROBLEMAS Y VOLVERSE
UN ACTOR DE LA PROPIA
HISTORIA** Charles Chaplin

LA VIDA ES PARA TI
coaching

**¿ERES VÍCTIMA
O VICTORIOSO?**

A veces es muy difícil ver la oportunidad en medio del dolor, pero está ahí. Debes estar dispuesto no solo a buscarla sino también a perseguirla.



MAXWELL
LEADERSHIP.



HIPNOSIS PARA LOGRAR LAS METAS

CONCLUSIONES

- Para liderar a otros, primero debo liderarme a mí mismo
- Liderazgo es autoconocimiento
- Liderazgo es crecimiento constante
- Liderazgo es constancia y disciplina
- Un buen líder escucha, conecta y potencia
- Liderar es servir, contribuir

Gracias

The word "Gracias" is written in a large, elegant black cursive font. It is decorated with two pink flowers with black centers and green leaves. One flower and leaf are positioned above the 'i' and 'a', while the other is below the 'a' and 's'.

@Dra.MaylaPerdomo

@OwellBoni