

LAS CUATRO DIMENSIONES DEL AUTOLIDERAZGO

SESIÓN 1:

INICIO

El buen liderazgo requiere autodisciplina, desarrollo personal y conciencia de uno mismo. No podemos liderar bien a los demás a menos que podamos liderarnos a nosotros mismos. Entender quiénes somos es crucial para conocer la forma en la que tomamos decisiones y nos relacionamos con los demás. Todas y cada una de las decisiones que toma un líder son críticas para su desarrollo personal, así como para su equipo o esfera de influencia.

En la sesión uno, Jenni Catron explica qué significa tener conciencia de uno mismo como líder y por qué esto es importante para destacar en tu carrera, en tus relaciones y en tu viaje hacia el autoliderazgo.

» MIRA

Mira la sesión uno: *Sean conscientes de sí mismos.*

» REVISA

Los líderes tienen el poder de influenciar a quienes los rodean tanto de forma positiva como negativa. Todo, desde trabajar bien en un equipo hasta tener un mal comportamiento, puede dejar una impresión duradera en los demás. **¿Cuáles consideran que son los rasgos de un mal y de un buen liderazgo? ¿Cuál ha sido su experiencia con cada uno de estos?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Todo buen liderazgo consiste en la intencionalidad. Podemos de ser intencionales en nuestras decisiones cuando somos honestos con nosotros mismos acerca de quiénes somos y qué queremos. **¿Cómo puede impactar de forma positiva el liderazgo intencional en la dinámica del equipo? ¿De qué forma podrían ser intencionales en sus relaciones profesionales?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jenni comenzó la sesión nombrando a algunos de los líderes que la inspiraron a lo largo de su carrera. **¿Qué líderes históricos los han influenciado más? ¿Existen líderes locales que dejen una marca en su vida? ¿Por qué sí y cómo?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Qué tipo de malentendidos acerca del liderazgo han afectado su viaje hacia el liderazgo? ¿De dónde creen que surgen los malentendidos comunes sobre cómo liderar a otros?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vivimos en un mundo acelerado que puede cambiar de la noche a la mañana; esto significa que siempre habrá nuevos métodos, procesos y sistemas por aprender. Como dijo Jenni, ella contaba con las herramientas para seguir el ritmo de la cultura acelerada, pero carecía de la salud emocional para estar a la altura de las necesidades de su equipo. **¿Cómo puede alguien liderar mal a un equipo si no se lidera bien a sí mismo? ¿Cómo podría manifestarse esto?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

» **INDICADOR DE ÉXITO**

Jenni nos dijo que la conciencia de uno mismo es el indicador de éxito más fuerte. Con conciencia de nosotros mismos, entendemos nuestras fortalezas y debilidades, tenemos una visión clara de nuestros problemas emocionales y eliminamos nuestros puntos flacos. **¿Cómo les ha traído éxito en su vida laboral ser conscientes de sí mismos? ¿En qué áreas pueden mejorar la conciencia de sí mismos?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ser conscientes de nosotros mismos requiere que prestemos atención a cómo tratamos a los demás y cómo perciben ellos el trato que les damos. **¿Cuáles son algunas razones de que el buen liderazgo dependa de las personas que los rodean? ¿Por qué es importante para su capacidad de ser conscientes de sí mismos tener conciencia de los demás?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

» **CONOCE EN QUÉ CENTRARTE**

La vida se nos pasa rápido. Con todas las responsabilidades de las que debemos ocuparnos diariamente, nuestros deseos y metas personales pueden nublarse y relegarse a segundo plano. **¿Cómo definirían centrarse? ¿Cómo fomenta nuestro crecimiento tener un enfoque claro?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Considera tus fortalezas y tus debilidades. **¿En qué áreas pueden crecer?**

.....

.....

.....

.....

» **CÉNTRATE MENOS EN TI**

¿Cuál es la diferencia entre ser consciente de uno mismo y centrarse en uno mismo? ¿Por qué la opción más sana es ser consciente de uno mismo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ser conscientes de nosotros mismos no solo evita que continuemos comportándonos de manera determinada, sino que nos ayuda a ser intencionados al cambiar las respuestas a las que solemos recurrir. **¿Cómo puede el proceso de tomar conciencia de nosotros mismos no solo tener un impacto en nuestras relaciones laborales, sino también en nuestras relaciones personales?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cuáles son los aspectos únicos de su personalidad que impactan su forma de liderar?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Jenni mencionó que la verdadera conciencia en uno mismo es saber quiénes son y qué es lo que constituye su personalidad aparte de sus títulos o de sus roles. Conocer la parte más verdadera de quiénes son es lo que los ayudará a relacionarse con los demás. **¿Qué experiencias pasadas han tenido con un líder que carecía de conexión relacional? ¿Cómo pueden empezar a calmarse y a prestar atención a la gente que los rodea?**

.....
.....
.....
.....
.....
.....

¿Cuáles son las ventajas de conocer cómo los han configurado sus experiencias pasadas?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

» **LIDERA DESDE TUS VALORES**

Jenni nos pidió que consideráramos los valores que tenemos relacional, física, espiritual y profesionalmente. **¿Qué principios son prioritarios en cada una de estas áreas de su vida?**

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

A veces, valoramos las cosas basándonos en lo que valoran nuestros compañeros o lo que la cultura dice que es más importante. **Esto solo nos aleja de ser verdaderamente conscientes de nosotros mismos. Nombren algunos ejemplos de valores culturales. ¿Qué valores tienen que difieren por completo de los de sus compañeros de trabajo?**

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

¿De qué forma impacta su carácter e integridad la forma como toman decisiones? ¿Por qué valores morales se rigen que tienen un impacto en su influencia?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

» **LIDERAR DESDE LA MENTE**

Parte de liderar desde nuestras mentes consiste en cambiar la forma como pensamos acerca de los desafíos que se nos presentan. **¿Cómo pueden cultivar de manera constante una mentalidad de crecimiento? ¿Cuáles son las ventajas de mantener una mentalidad de crecimiento en su viaje hacia el liderazgo?**

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

¿Cuál ha sido la situación más desafiante a la que se han enfrentado al liderar a otras personas? ¿Cómo planean manejar los problemas de forma distinta en el futuro?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tener una mentalidad de crecimiento es un proceso activo de nuestra parte. Debemos estar dispuestos a invertir en nosotros y expandir nuestro conocimiento. **¿Qué pasos prácticos pueden dar diariamente para cultivar una mentalidad de crecimiento? ¿Cómo se comprometerán a aprender de por vida?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cómo puede ayudarlos una mentalidad de crecimiento a adaptarse a los cambios en su lugar de trabajo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

» **LIDERAR DESDE LA VISIÓN**

Cuando tenemos una visión clara, fijamos objetivos y planes para hacerla realidad. Con una visión fuerte, podemos ver todas nuestras posibilidades y todo nuestro potencial. **¿Cuán difícil es lograr objetivos sin una visión real? ¿Cuál ha sido su experiencia con el planteo de la visión y los objetivos?**

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cómo puede entender sus valores ayudarlos a poner límites y a establecer su visión? ¿Qué tipo de problemas pueden aflorar en su equipo por inseguridad con respecto a su visión?

.....

.....

.....

.....

.....

¿Cómo pueden garantizar que crean una visión, fijan objetivos y hacen planes para cada aspecto de su vida? (¿espiritual, profesional y emocionalmente?).

.....

.....

.....

.....

.....

Parte de liderarse bien a uno mismo consiste en permanecer centrados en lo que solo ustedes pueden hacer. Esto significa tener un gran entendimiento de sus fortalezas y debilidades, así como saber dónde pueden contribuir los demás. **¿Cómo puede impulsar a su equipo hacia el crecimiento decir «no» a algunas tareas? ¿Cómo pueden empezar a garantizar que solo contribuyen en lo que deben?**

.....

.....

.....

.....

.....

APLICA LO APRENDIDO

Seleccionen una actividad de la lista de abajo para empezar a aplicar las lecciones de esta sesión a su organización.

» MEMORIZA:

Apréndanse de memoria las cuatro formas para liderarse a ustedes mismos. Recuerden cómo afectan estas formas su capacidad para crecer en el futuro.

» ESCRIBE:

Consideren cada una de las formas para liderarse a ustedes mismos (corazón, valores, mente, visión) y seleccionen la que falte en su vida. Escriban cinco formas prácticas como pueden crecer en esta área y comprométanse con el proceso.

» INTERACTÚA:

Practiquen liderar desde la visión fijando objetivos y trazando planes con su equipo. Inviten a su equipo a participar en ese proceso para la rendición de cuentas personal.

» LEE:

Dediquen un momento a leer las páginas 34 a 52 en *Las cuatro dimensiones del liderazgo extraordinario* para aumentar su comprensión de los matices de liderar desde su corazón, sus valores, su mente y su visión.

» ACTÚA DE OTRO MODO:

Consideren a todas las personas con las que interactúan diariamente, y cómo su personalidad única afecta esas relaciones. Sean intencionales esta semana en cuanto a sus interacciones con los demás e intenten reconocer cuándo tienen un efecto en los demás sus deseos y sus acciones personales.