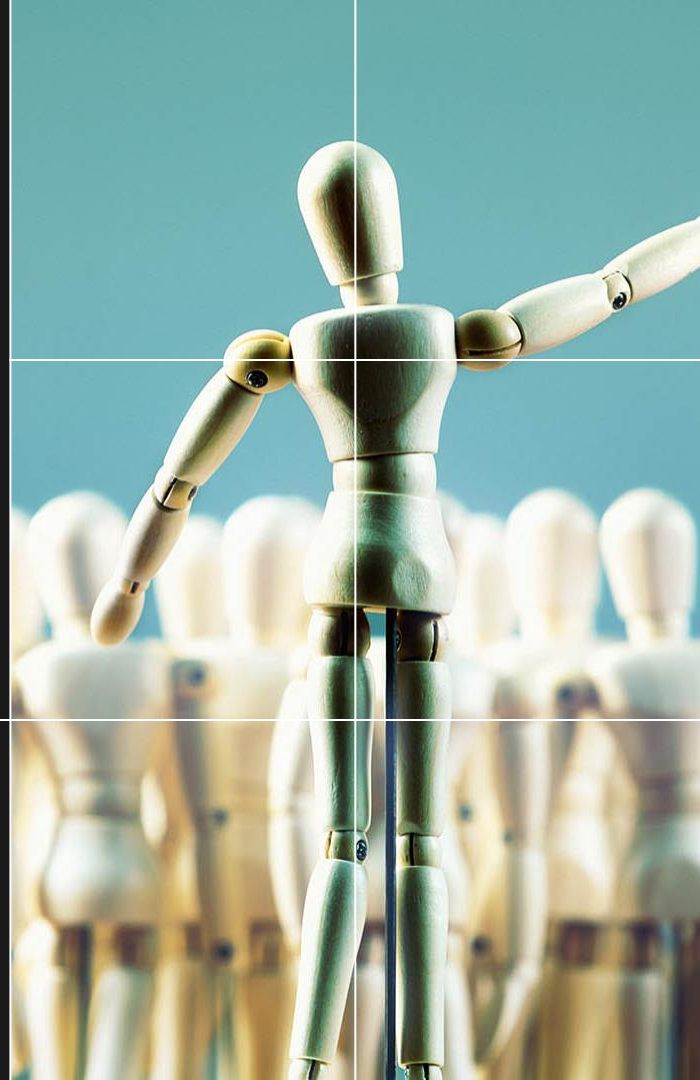


LIDERAZGO y manejo de EQUIPOS Para empRENdedores

Diego Maldonado



Pautas

1



Mantenga apagado su micrófono, a menos que requiera hacer alguna intervención

2



Es necesario que todos podamos tener la cámara encendida durante toda la sesión.

3



La participación activa de todos permite enriquecer el aprendizaje

4



Es importante que podemos iniciar y terminar a tiempo.

CHECK IN

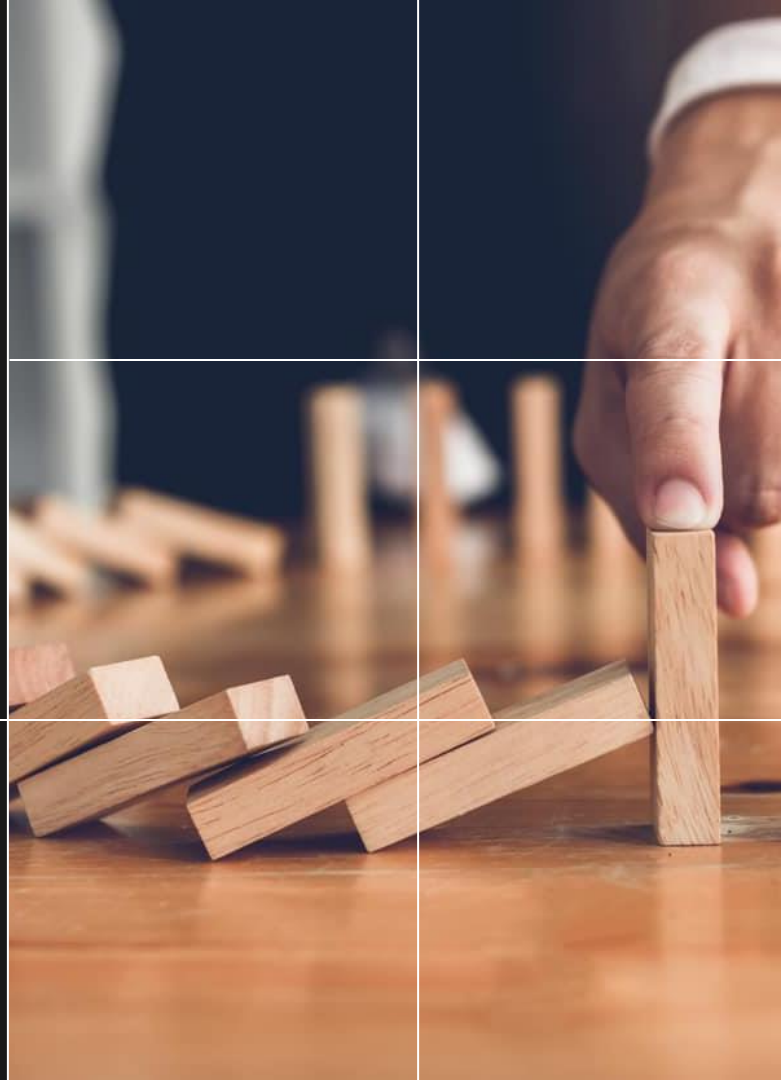
¿Conoce a alguien que considera un modelo a seguir en términos de resiliencia?



06.

RESILIENCIA y MANEJO DE ESTRÉS

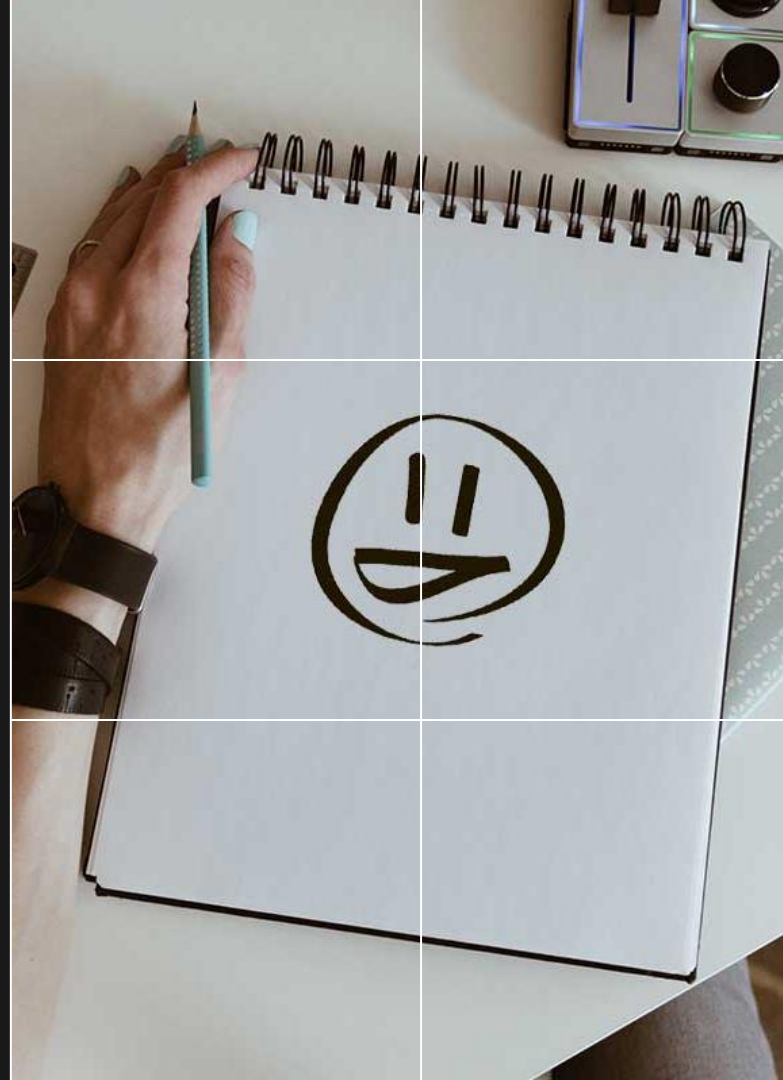
Diego Maldonado

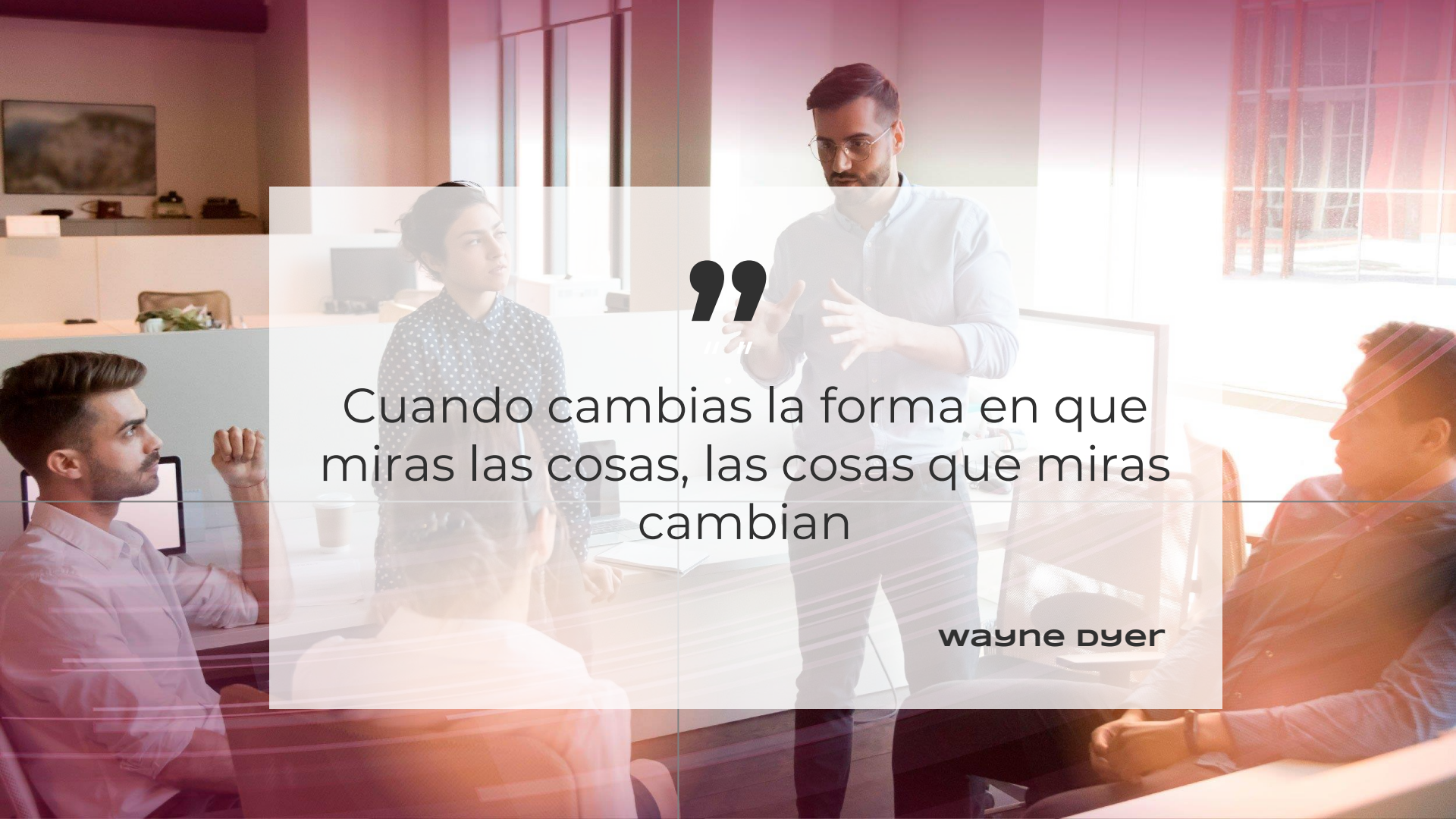


1

MENTALIDAD **POSITIVA**

Fomenta una mentalidad positiva al ver los desafíos como oportunidades de aprendizaje en lugar de obstáculos insuperables. Cultivar el optimismo puede ayudar a enfrentar los problemas con una actitud constructiva.





”

Cuando cambias la forma en que
miras las cosas, las cosas que miras
cambian

wayne dyer

2 AUTO conocimiento

Conoce tus fortalezas y debilidades. La autoconciencia te permite aprovechar tus puntos fuertes y trabajar en áreas de mejora sin que los contratiempos afecten tu autoestima.





”

Aquel que conoce a los demás es
inteligente, pero el que se conoce a sí
mismo es sabio.

Lao Tsé.

3

OBJETIVOS claros

Define metas claras y realistas para tu negocio. Tener objetivos concretos te brinda un sentido de dirección y te ayuda a mantener el enfoque en momentos difíciles.





”

Las metas claras dan dirección,
propósito y significado a nuestra vida

JOHN C MAXWELL.

4

APrendizaje CONTINUO

Fomenta un enfoque de aprendizaje continuo. La capacidad de aprender de tus errores y fracasos te hace más resistente a las adversidades.





”

“
Aprender algo nuevo es el proceso
mediante el cual la mente se
despierta.

CARL ROGERS

5

Red

de apoyo

Construye una red de apoyo sólida que incluya amigos, familiares, colegas emprendedores y mentores. Compartir tus desafíos y buscar consejos puede aliviar la presión y ofrecer perspectivas valiosas.



A man with glasses and a beard, wearing a white button-down shirt, stands in the center of a modern office. He is gesturing with both hands as if speaking to a group. To his left, a woman in a dark polka-dot shirt looks towards him. In the foreground, the back of a person's head is visible. To the right, another man is seated, looking towards the speaker. The office has large windows in the background, letting in bright light. A semi-transparent white box contains the text and quote marks.

”

Nadie tiene éxito por sí solo. Necesitas
una gente para ayudarte y estar allí
cuando más los necesites

MAGIC JOHNSON.

EJERCICIO Práctico



EJERCICIO

¿Qué lecciones son las que pudo aprender de este ejercicio?



Recomendaciones



ALIMENTACIÓN



DESCANSO



EJERCICIO



FE

A man with glasses and a beard, wearing a white button-down shirt, stands in the center of a modern office. He is gesturing with both hands as if speaking to a group. To his left, a woman in a dark polka-dot shirt looks towards him. In the foreground, the back of a person's head is visible. To the right, another man is seated, looking towards the speaker. The office has large windows in the background, letting in bright light. A semi-transparent white box is overlaid on the image, containing text and a quote symbol.

”

La resiliencia no es lo que sucede
contigo, es cómo respondes a lo que
sucede

HERYL SANDBERG.

CHECK OUT

¿Cuál sería el aprendizaje con el que se queda de esta sesión?



LIDERAZGO y manejo de EQUIPOS Para empRENdedores

Diego Maldonado

