

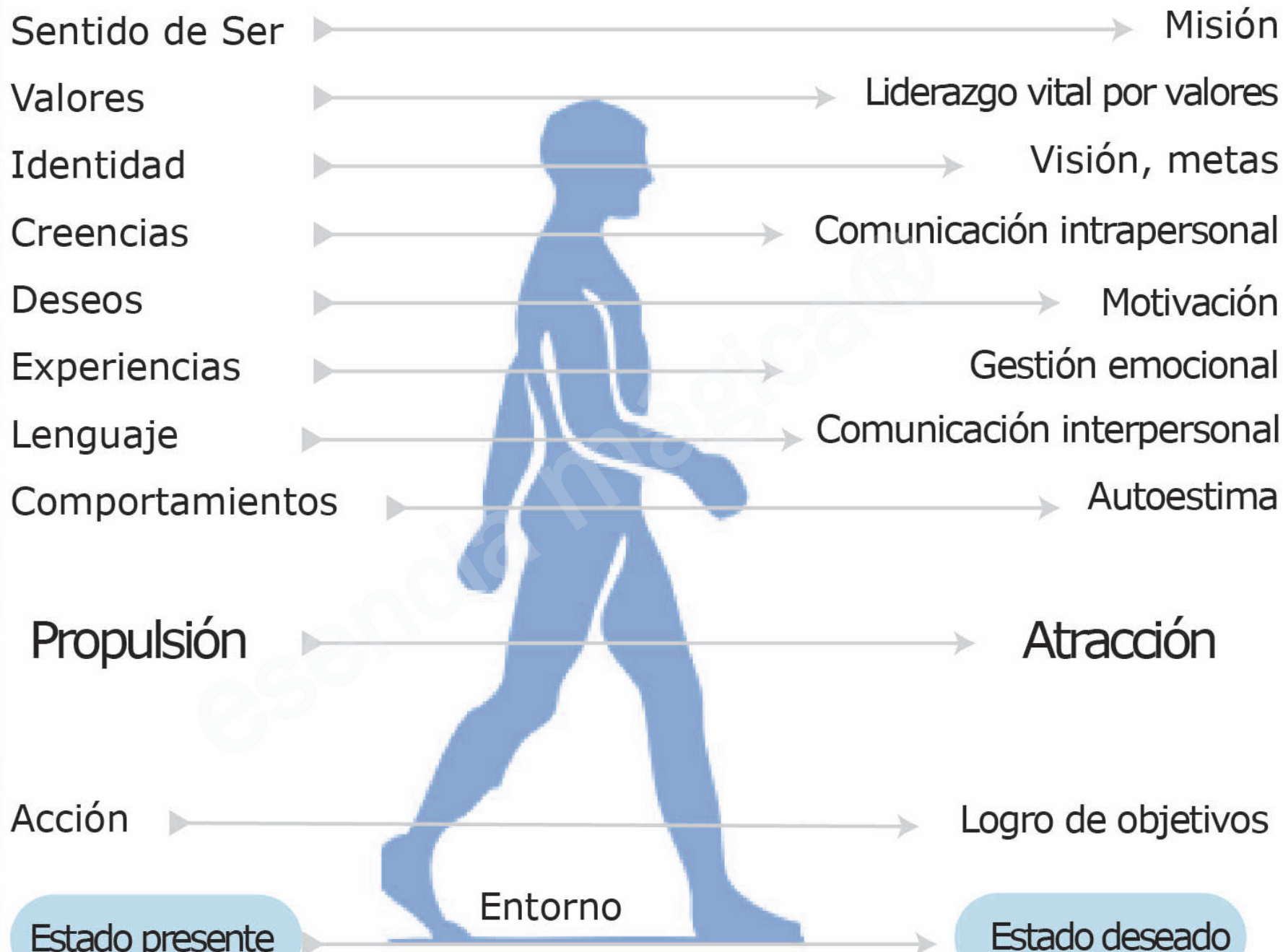
# **DESARROLLO PERSONAL**

---

- **Liderazgo personal por valores**
- **Fijación de metas y objetivos**
- **Tres niveles de automotivación**
- **Gestión de estados de ánimo**
- **Comunicación intrapersonal**
- **Comunicación interpersonal**
- **Identidad y autoestima**
- **Motivación de grupos**

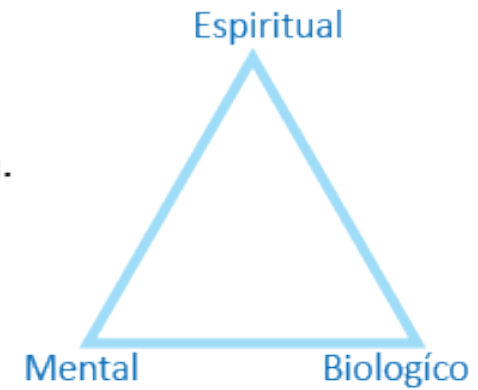


# DESARROLLO DE COMPETENCIAS VITALES



## NIVELES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- **SER.** Nivel espiritual. Elegir. Proactivo. Autodefinirme: Sentimientos intuitivos percibidos a través de la bioenergética.
- **ESTAR.** Nivel Mental. Programar. Activo. Modelarme: Emociones derivadas de los hábitos de pensamiento
- **TENER.** Nivel Biológico. Hábitos. Reactivo. Construirme: Respuesta automática del cuerpo a nivel de carácter



## PERSONAS MOTIVADAS

- Tienen clara la misión y dirección global en su vida
- Tienen la atención en lo que quieren conseguir
- Disfrutan de mejorar su persona y su entorno
- Construyen relaciones interpersonales positivas
- Actúan integrando sus intereses personales con los sociales



## LA LÓGICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Los recuerdos generan emociones
- Los juicios de valor generan emociones.
- Las verbalizaciones generan emociones
- Las posturas generan emociones.
- Estar vivo genera emociones.
- El traje de ser humano es un traje emocional.



## DISPOSICIÓN INTERNA

### MENTAL

- ACTITUD
- OBJETIVOS
- PREJUICIOS

### EMOCIONAL

- MOTIVACIÓN
- RECUERDOS
- AMIGO INTERNO

### FÍSICO

- RESPIRACIÓN
- SONRISA
- RELAJACIÓN

## COMUNICACIÓN EFICAZ

### CREDIBILIDAD + CONFIANZA

1. Porte
2. Vestuario
3. Distancias
4. Mirada
5. Sonrisa
6. Ritmos
7. Posturas
8. Orientación
9. Expresión y Gestos
10. Voz
11. Silencio
12. Lenguaje

V

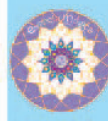
K

A



## ESCUCHA ACTIVA

- Prepárate para escuchar. Concentración 100%
- Ten una actitud positiva hacia la persona. Acepta al otro como es.
- Crea un espacio para la comunicación. Muéstrate interesado.
- Ayuda al que habla. Muestra empatía. Acompasa.
- Resume las ideas principales. Sintetiza. Pregunta.
- Calibra, sé consciente de las reacciones corporales de tu interlocutor.



# DIRECCIONES, METAS Y OBJETIVOS

## Cómo definir Metas con éxito:

1. Exprésalas en forma afirmativa → **POSITIVO**
2. Representalos en imagen, sonido y sensación → **IMAGINADO**
3. Descubre la acción en su área de influencia → **CENTRADO**
4. Sitúa tus objetivos en contextos precisos → **CONCRETO**
5. Explora la acología → **CONGRUENTE**
6. Resume los beneficios de lograrlo → **ALTO IMPACTO**



# COMPROMISO VITAL →

## TU COMPROMISO CON LA VIDA

- **Disfrute de ser**
- **Querer ser**
- **Evolución personal**
- **Motivación. Propósito**
- **Expresión del talento**
- **Autoestima. Prosperidad**
- **Aprendizaje**
- **Capacidad**
- **Aquí-ahora**



# ESTAR - PENSANDO →

## LIDERAR LA CALIDAD DE MI PENSAMIENTO

- **Pensamiento directivo - creador**
- **Pensamiento creativo**
- **Pensamiento para la autodefinición**
- **Pensamiento para organizar la experiencia**
- **Pensamiento especulativo - Definir**
- **Pensamiento positivo: ilusionista / realista**
- **Enredado en el pensamiento de otros**



# PODER INTERIOR →

- **¿Quién manda aquí?**
- **Proactivo - activo - reactivo**
- **¿Cuáles son mis valores?**
- **¿Cultivo el arte de ser feliz?**
- **¿Creo relaciones armónicas?**
- **¿Creo acciones que faciliten la prosperidad?**





# LIDERAZGO PERSONAL POR VALORES →

## VALORES EXISTENCIALES

- ¿En qué crees que has de evolucionar?
- ¿Qué deseas aportar a los que te rodean?
- ¿Qué influencia quieres ejercer?

## VALORES RELACIONALES

- ¿Qué recibes y qué aportas a la gente?
- **Amor. Gana-gana. Sinergia. Simbiosis**
- ¿Qué compartes, en qué sumas, a qué apoyas?

## VALORES OPERATIVOS

- **Practicidad**
- **Simplicidad**
- **Facilitar la vida**





## TRES NIVELES DEL CEREBRO HUMANO

### CEREBRO HUMANO NEOCORTEX

**Consciencia espiritual**  
**Desarrollo del talento**  
**Libre elección**  
**Evolución**

### CEREBRO MAMÍFERO CORAZÓN

**Respuesta automatizada**  
**Copia, mimetiza, almacena**  
**Socialización,**  
**Poder, placer**

### CEREBRO RÉPTIL VISCERAL

**Supervivencia**  
**Lucha, huye, parálisis**  
**Adaptación biológica**  
**Relajación**

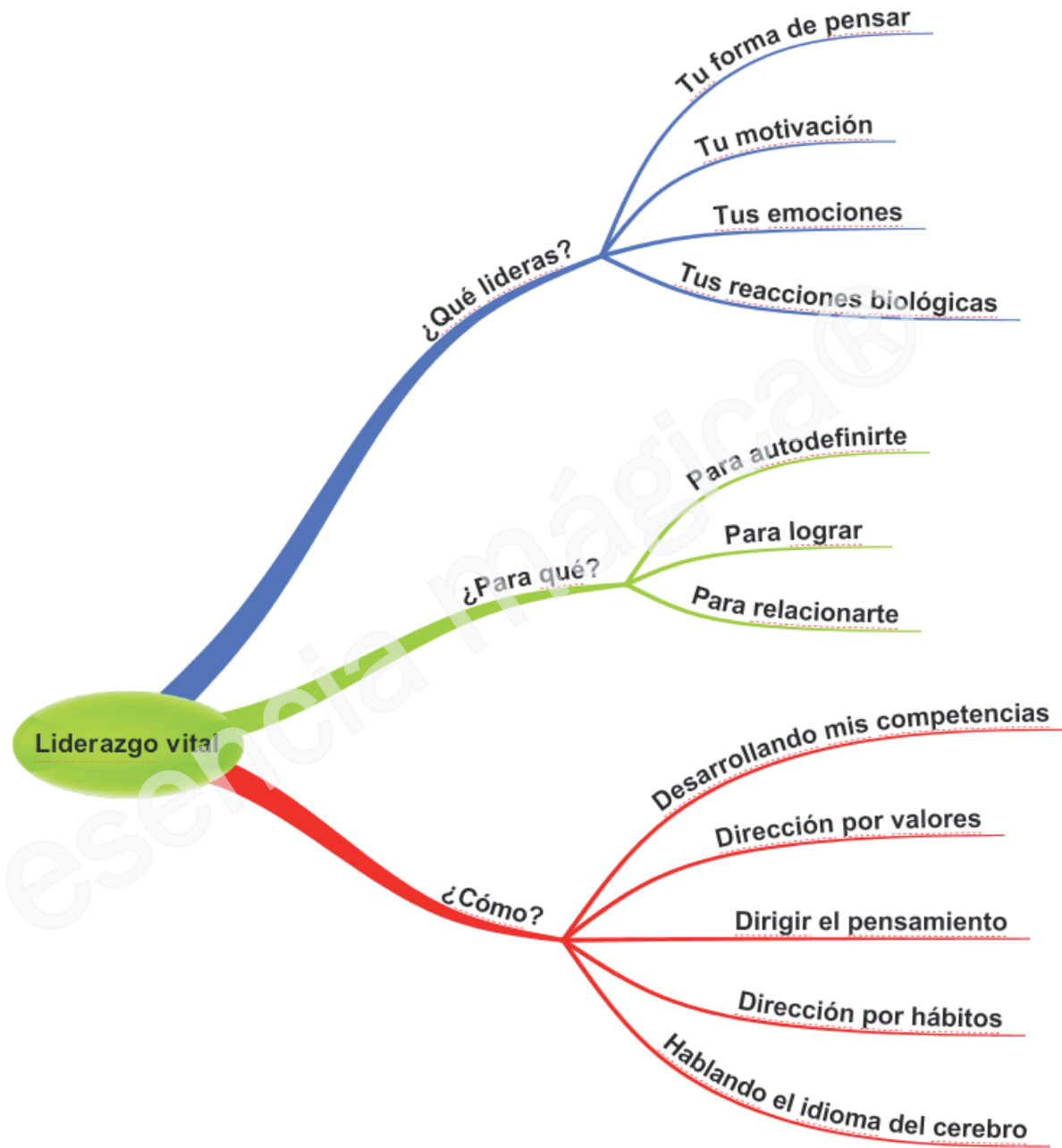


## **DIRIGIR Y ADMINISTRAR LA EMPRESA DE ESTAR VIVO** →

**Luego la Misión del Liderazgo Personal, en un sentido directo y estricto, tiene el propósito de dirigir y administrar con éxito la empresa de estar vivo.**

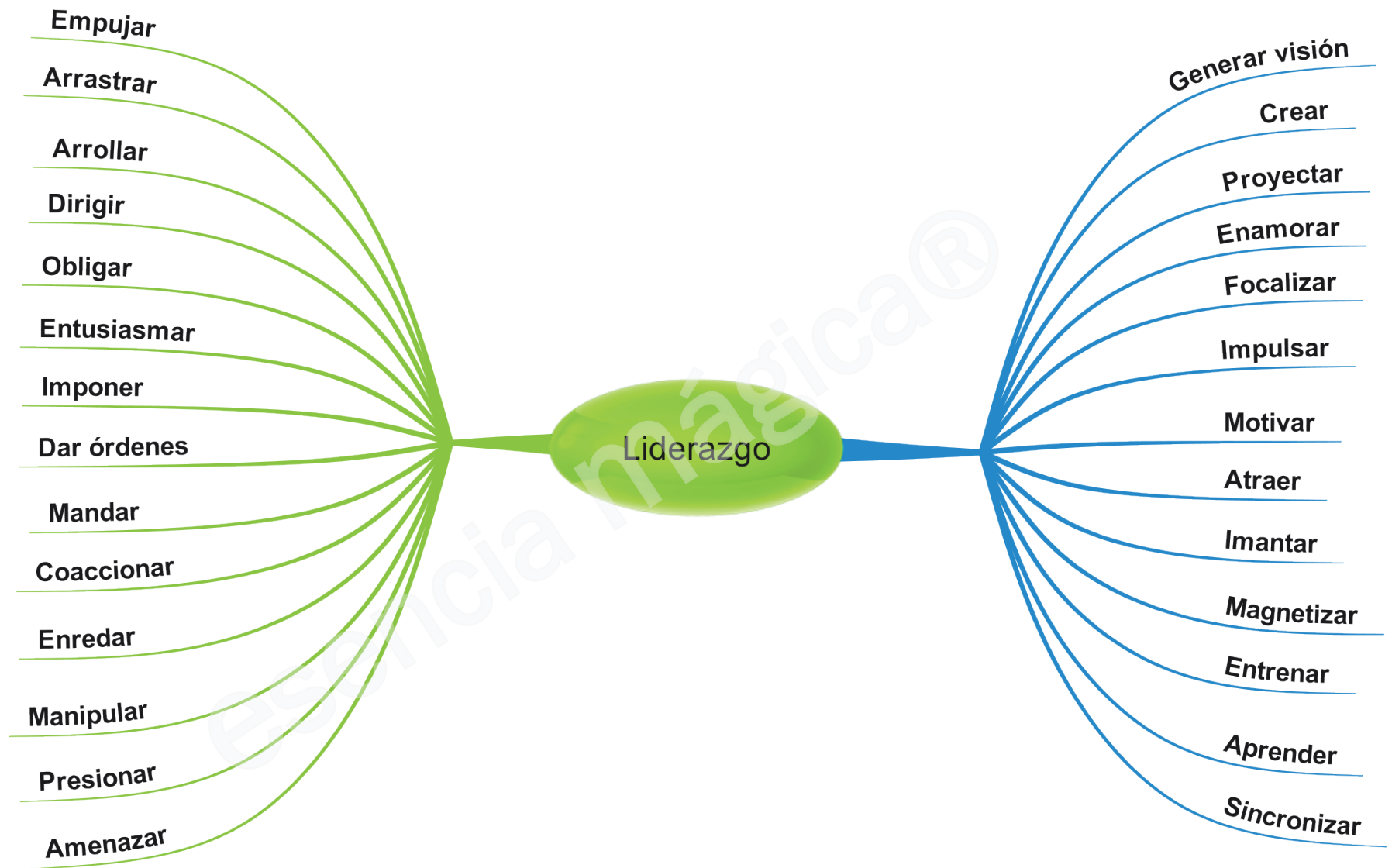
**Para ello hemos de tener en cuenta el definir qué es el éxito teniendo en cuenta los tres propósitos básicos de nuestro cerebro.**





# LIDERAZGO

## AMPLÍA TU LENGUAJE EVOLUTIVO



## TIPOS DE PREGUNTA:

- ¿Qué?
- ¿Cómo?
- ¿Por qué?
- ¿Para qué?
- ¿Cuándo?
- ¿Dónde?
- ¿Quién?
- ¿Cuánto?
- ¿Con qué?
- ¿Con quién?
- ¿Desde donde?
- ¿Hasta cuando?
- ....





### Tres niveles de Motivación

## Humano - Ser

Sentido de Ser

Motivación por Valores

Voluntad de Evolucionar

Aprendizaje Transcendente

Ganas de vivir en Unidad

Manifestar el Propósito

## Mamífero - Estar

Equilibrio emocional

Poder - placer - pertenencia

Capacidad de repetición

Motivación - Premio - Castigo

Aprendizaje conductual

Ganas de relacionarse

Afiliación - Posicionamiento - Logro

## Reptil - Tener

Supervivencia

Equilibrio fisiológico

Lucha- Huye-Parálisis

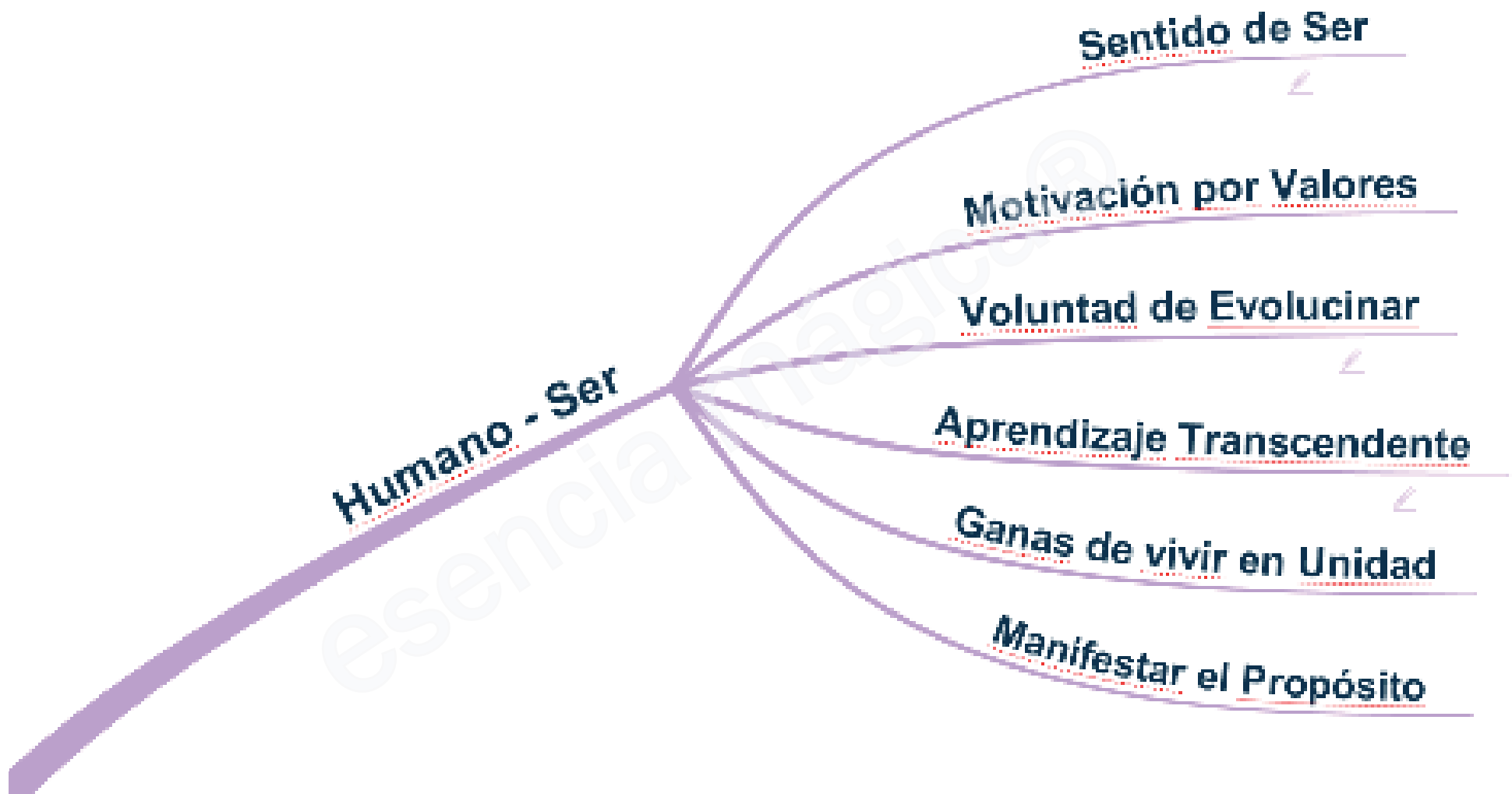
Motivación inmediata

Aprendizaje biológico

Ganas de hacer

Alejas - Acercas







**SER - EMPRENDIMIENTO VITAL -** →

**EVOLUCIONAR- MANIFESTAR TU PROPÓSITO**

- **¿Cómo puedo manifestar mi propósito?**
- **¿Cuál es mi vocación?**
- **¿En qué me gustaría destacar?**
- **¿Qué se me da bien?**
- **¿Qué capacidades emocionales tengo?**





## ESTAR - LIDERANDO →

## PASANDO DEL “QUÉ ME” AL “CÓMO”

- ¿Cómo hago para liderar mi vida?
- ¿Cómo me apasiono?
- ¿Cómo me hago feliz?
- ¿Cómo me enriquezco?

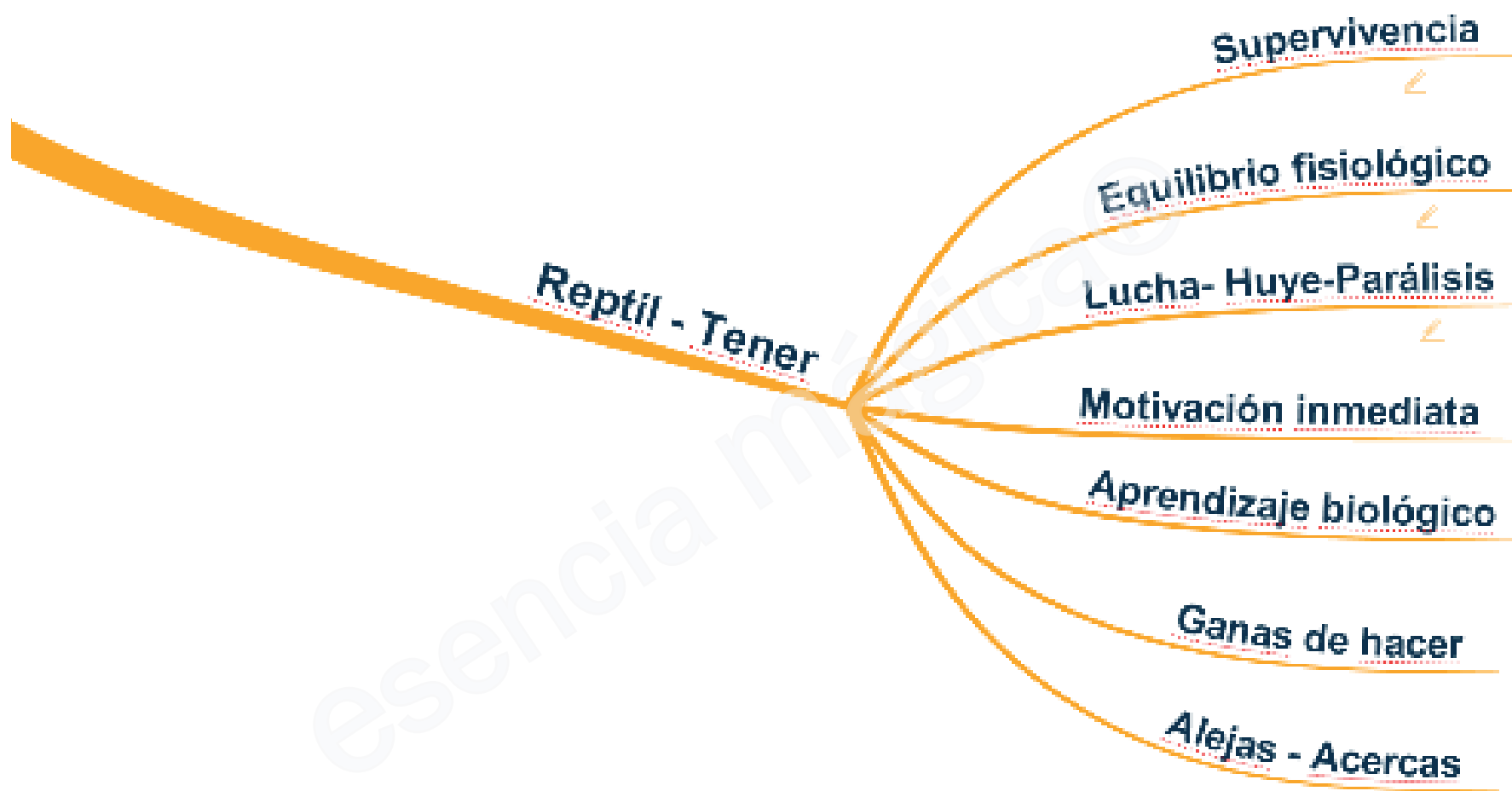


# ESTAR - CONSTRUYENDO

- ¿Quiero ser experto en mi?
- ¿Soy capaz de marcarme metas evolutivas?
- ¿Disfruto de conseguir mis objetivos?
- ¿Soy capaz de automotivarme?

**DEFÍNETE A TI MISMO**





# **TENER** →

## **EL 90% DE TU PENSAMIENTO DIARIO ES AUTOMÁTICO**

- **¿Reprogramo mi pensamiento inconsciente?**
- **¿Organizo y afianzo mis experiencias positivas?**
- **¿Mejoro mi capacidad de generar buena salud?**
- **¿Me declaro merecedor de prosperidad?**
- **¿Qué hago para sentirme más capaz?**



## **SER - ESTAR -TENER** →

**El Liderazgo Personal tiene como Misión desarrollar tu máximo potencial como ser humano. SER expresando tus cualidades personales, ESTAR manifestando amor y disfrutando de tus acciones en todas las áreas de tu vida y garantizar la abundancia y prosperidad material y física (TENER).**

**Esta Misión incluye el propósito principal de cada uno de los niveles del cerebro. Trascendencia, Evolución, Armonía, Supervivencia.**

