

EL ÉXITO DE TU EXCELENCIA ***“EMPRENDIENDO UN NUEVO VUELO”***

Por: José Méndez Cruz, MS, IANPL
Psicología Industrial Organizacional
Coaching con Programación Neurolingüística

Conferenciante Internacional
Autor del Libro
Bitácora de la Transformación y el Éxito



"MÁS ALLÁ DEL SABER ESTÁ EL HACER". J.MÉNDEZ

*Vivimos transformándonos, sabemos
y hemos experimentado cambios.*

Demostremos que sabemos responder...

¿Qué te ha cambiado tu vida?

¿Cómo tu mente ha cambiado?

¿Tu visión se ha transformado?



HOY?

TRANSFORMAR

ESCOGES

¿QUÉ



OBJETIVOS GENERALES:

1. Identificar nuevas opciones para desarrollarse de manera óptima
2. Determinar qué factores debe tomar en consideración a la hora de desarrollar su proyecto de vida
3. Aprender cómo poner en práctica las herramientas de optimización
4. Experimentar una confianza personal y/o profesional para alcanzar las metas establecidas.



Frases de Optimismo y Persistencia:

Nada sobre esta tierra puede detener al hombre que posee la correcta actitud mental para lograr su meta. Nada sobre esta tierra puede ayudar al hombre con la incorrecta actitud mental.

Thomas Jefferson

Un pesimista, ve calamidades en toda oportunidad. Un optimista ve oportunidades en toda calamidad.

Sir Winston Churchill

Siempre que te pregunten si puedes hacer un trabajo, contesta que sí y ponte enseguida a aprender cómo se hace.

Franklin Delano Roosevelt

La confianza en sí mismo es el primer secreto del éxito.

Ralph Waldo Emerson

RE-DESCUBRIENDO LA EXCELENCIA



EXCELENCIA ES...

- Exceder lo esperado
- Exceder la Experiencia Pasada
- Exceder las Expectativas Internas y Externas

INGREDIENTES DEL ÉXITO



CONTROL REMOTO DEL ÉXITO

- **R**- Redescubre / Reprograma / Rediseña
- **E** - Estrategia / Estabilidad / Empoderarse
- **M** - Movilidad / Motivación / Mantenimiento
- **O** - Operación / Organización / Optimizar
- **T** - Traslapar / Traducir / Transformar
- **E** - Empeño / Evaluación / Éxito

VIVIENDO EL DESCRUBIMIENTO

- El descubrimiento del ser humano nace en si mismo, de la búsqueda interior, del fin genuino y puro, y sobre todo nace de la virtud propia para mirar adentro de sí y definir elementos superiores que los hacen ser más capaces en el camino de alcanzar sus metas mentales, psicológicas, personales, espirituales, sociales y profesionales.



VIVIENDO CON LOS ELEMENTOS INTERNOS

ELEMENTO 1: Pensamientos:

- EL PENSAMIENTO SOCIAL
- PENSAMIENTOS PROPIOS
- PENSAMIENTOS AJENOS

ELEMENTO 2: Sentimientos:

- REALES
- SUGESTIONADOS
- APRENDIDOS
- SENTIMIENTOS OCULTOS



DESESPERADO
AMARGADO
DULCE
MANDON
REGAÑON
DESGANADO
INDISPUESTO
NERVIOSO
APENADO
PENSATIVO
SALUDABLE
ENFERMO
HAMBRIENTO
APENADO
ASUSTADO
FELIZ
TRISTE
ENOJADO
SORPRENDIDO
SOMNIOLENTO
ABURRIDO
ENOJADO
DEPRIMIDO
ENOJADO

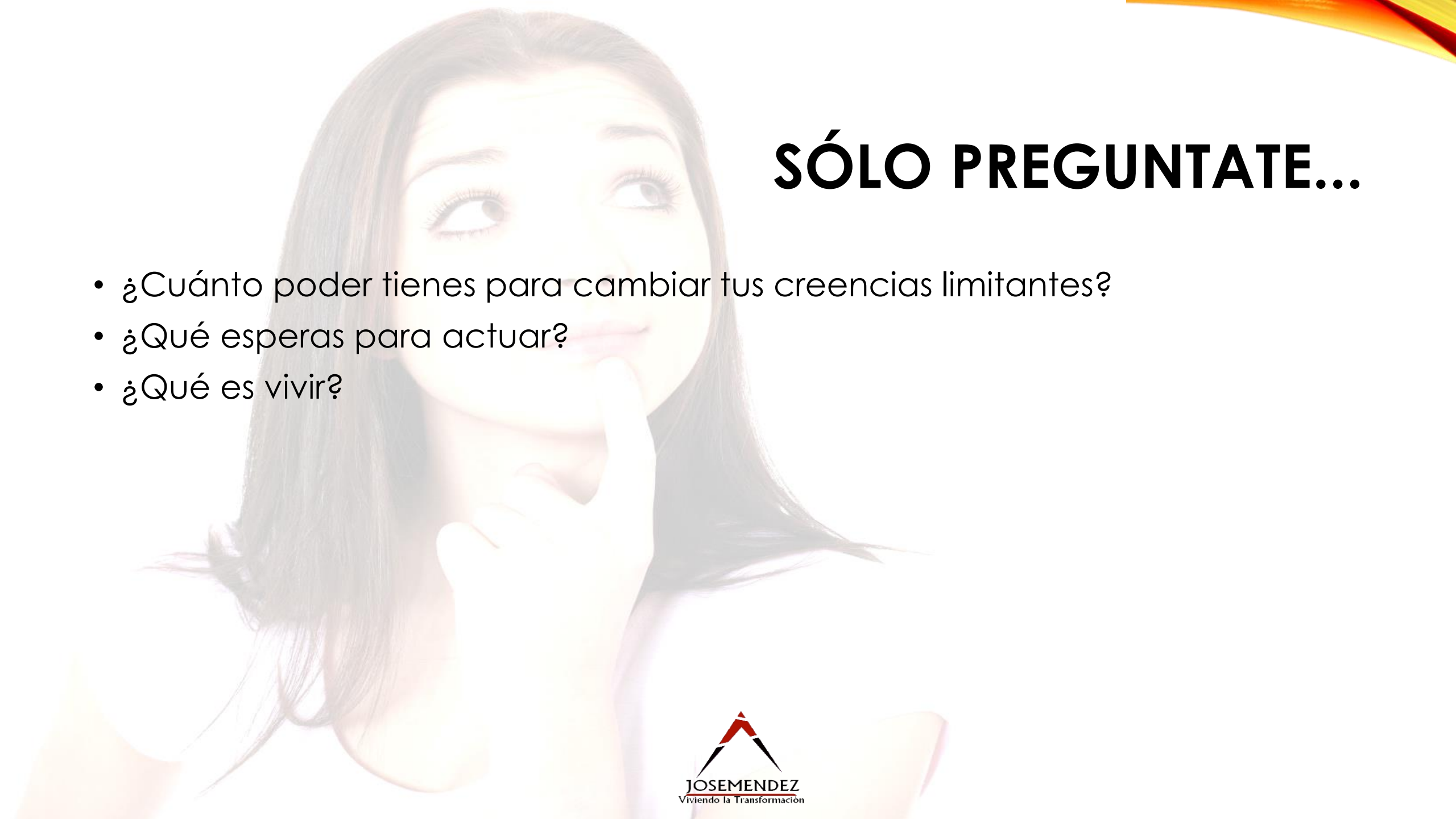
AUNGUSTIADO
ANÍMICO
ALGARABIA
SERIO
CONFUNDIDO
ALBOROTADO
ALEGRE
EMOCIONADO
DESESPERADO
ENLOQUECIDO
DECEPCIONADO
ILUSIONADO
DESOLADO
AMARGADO
DEPRIMIDO
NOSTÁLGICO
MELANCÓLICO
ABATIDO
AFLIGIDO

TÉCNICA DE ORO

CAMBIALE EL
ROSTRO A
LOS EVENTOS

VIVIENDO CON ¿MIS PENSAMIENTOS?

- Aprendes Actitudes
- Adaptas Estilos
- Repites Palabras
- Asumes Posturas
- Sigues Creencias



SÓLO PREGUNTATE...

- ¿Cuánto poder tienes para cambiar tus creencias limitantes?
- ¿Qué esperas para actuar?
- ¿Qué es vivir?

EJERCICIO DE AUTO-DESCUBRIMIENTO

- Adaptado del Libro Bitácora de la Transformación y el Éxito (Por: José Méndez Cruz) Pg. 53

LA HISTORIA DE MI VIDA

Objetivo: Auto-descubrimiento inicial. Descubre el éxito de tu vida en pocas palabras.

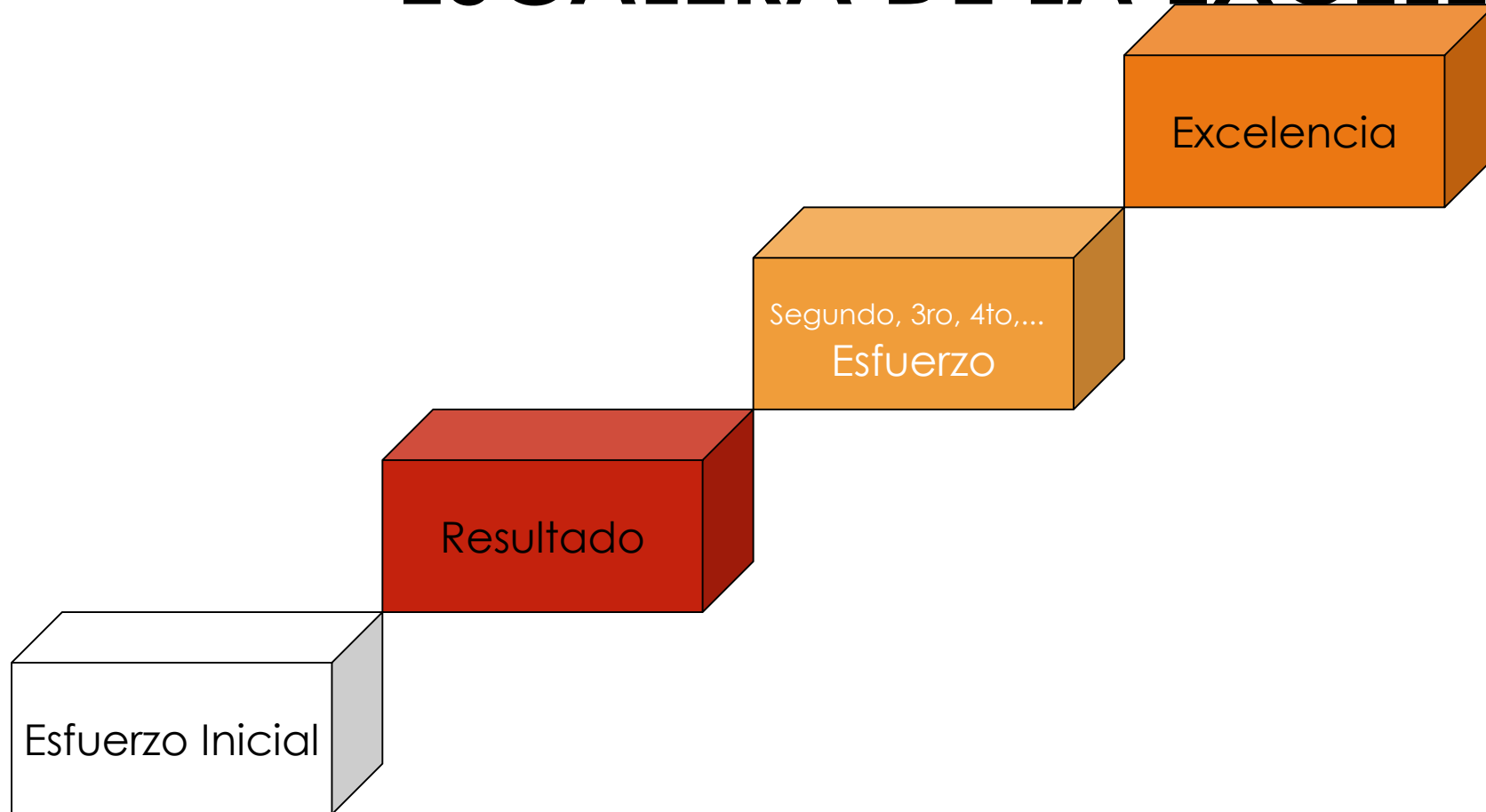
- Ejercicio 1: Narra la historia de tu vida en 2 minutos.
- Ejercicio 2: Narra la historia de tu vida en 1 minuto
- Ejercicio 3: Narra la historia de tu vida en 30 segundos
- ¿Qué es lo más que valoras en tu vida?
- ¿Qué requiere de ti para trascender y persistir?

TRANSFORMANDO TU RUTINA

TRANSFORMAR TU RUTINA CONLLEVA...

- Maximizar tus recursos
- Auto Cernimiento de Nivel de Exigencia:
 - Nivel Excelente = 20 pts.
 - Nivel Atlo = 15 pts.
 - Nivel Medio = 10 pts.
 - Nivel Bajo = 5 pts.
- Cumplimiento Máximo de los Estánderes de vida.

ESCALERA DE LA EXCELENCIA





EL ARBOL DEL BUEN ESTADO DE ÁNIMO

Todo comienza cuando basas tus comportamientos en tus éxitos, metas, resultados, ideas, positivismo, estrategias innovadoras, sentido de pertenencia, oportunidades de mejorar como persona, motivación y sobre todo CONFIANZA. Tu estado de ánimo va transformándose en un estado de ánimo más ameno y que atraerá a él personas con esa misma visión de vida.

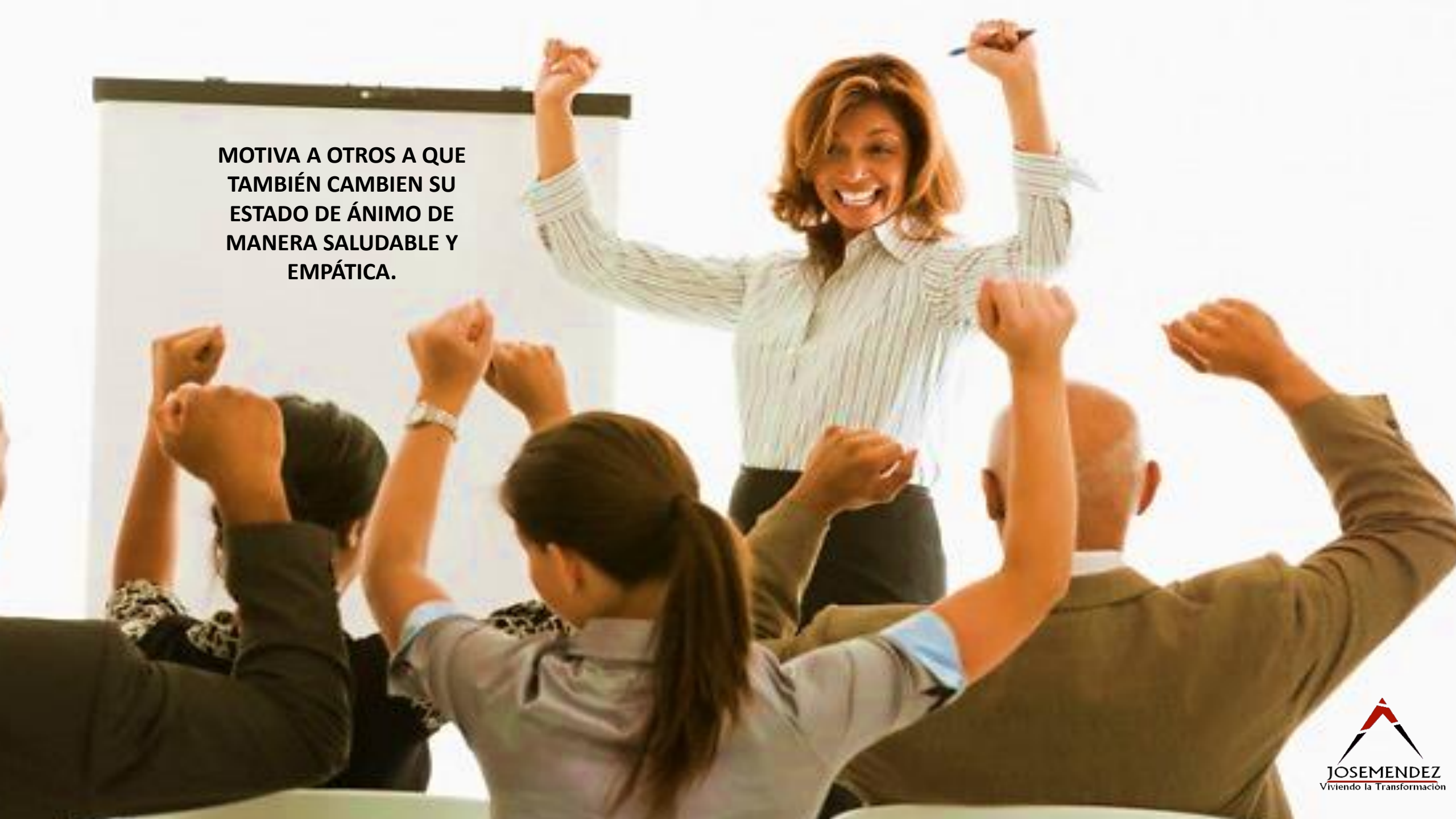
ACTITUD

- Este aspecto centrado mayormente en el avance social que permiten dos cosas; la primera que haya mayor balance, control y seguridad en los procesos de extranalización de los sentimientos y la segunda que solamente aquellas personas que tengan el ímpetu, la determinación y el bagaje emocional y psicológico puedan alcanzar el objetivo final dentro la sociedad.

ESTILO DE VIDA

- Los estilos de vida empujan a las personas a ajustarse a nuevas formas de pensar y conjunto de procesos que tienen como objetivo general estratificar, y estructurar la evolución a nivel social glogal, donde todo el mundo debe estar conforme o simplemente provoca que nadie lo este.

**MOTIVA A OTROS A QUE
TAMBIÉN CAMBIEN SU
ESTADO DE ÁNIMO DE
MANERA SALUDABLE Y
EMPÁTICA.**



RESULTADOS

- Adaptado del Libro Bitácora de la Transformación y el Éxito (Por: José Méndez Cruz) Pg. 58

RESULTADOS:
Pensamientos, Acciones y Resultados

$$(P-) + (A-) = (R-)$$

$$(P+) + (A-) = (R-)$$

RUTINA

$$(P-) + (A+) = (R+)$$

$$(P+) + (A+) = (R+)$$

TRANSFORMANDO LOS RESULTADOS

¿Qué parte de tu vida quieres transformar?

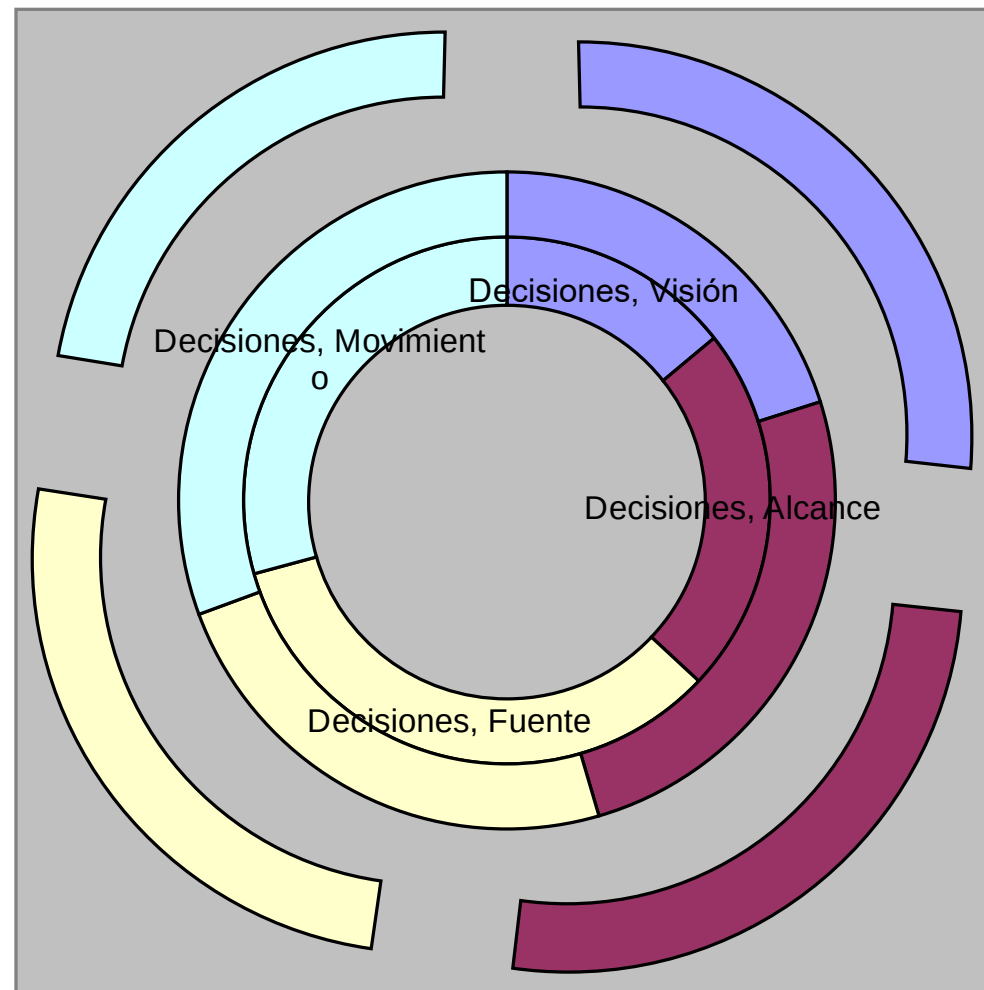
- Escoge 3 personas que conectes y confíes que pueden ayudarte a transformar esa parte e tu vida
 - Reúnelos, expresa y conecta
 - Agradece y Recibe

FORTALECIENDO LA PERSISTENCIA

PERSISTENCIA ES...

- Prevalecer tras intentarlo.
- Permitirte dar la milla extra.
- Perseguir la meta por encima de las circunstancias.

CICLO DE PERSISTENCIA



- Visión
- Alcance
- Fuente
- Movimiento

ENAMÓRATE DEL ÉXITO

Vive tu presente

- 2018
- Lo que haz logrado

Dinámica

¿qué ven las personas en ti?

Yo veo en ti...

AGRADECE y VIVE TU PRESENTE

IDENTIFICA EL LUGAR QUE TE CAUSA UN ESTADO DE ÁNIMO DESEADO

Busca un lugar que entiendas que te hace sentir diferente, en balance y conectado con el estado de ánimo deseado. Cada vez que te salgas de control, visítalo física o mentalmente. Toma un momento a solas y conecta tu mente a ese lugar al menos por varios minutos y piensa mínimo 10 palabras positivas. Verás que creará un excelente cambio en pocos minutos.



¿QUÉ HARÍAS EN 24 HRS?

¿Cuál es tu Plan
de vida?



EMPRENDIMIENTO Y METAS

VIRTUDES DE UN EMPRENDEDOR

- 1. Resiliencia** – Fortaleza y persistencia interna y externa.
- 2. Convicción** – Confianza , seguridad, determinación y creencia.
- 3. Enfoque** – Definición clara del punto de partida y llegada.
- 4. Apertura** – Receptividad 360 grados antes durante y después de la meta.
- 5. Acción** – Convertir las palabras, metas, sueños o aspiraciones en resultados.

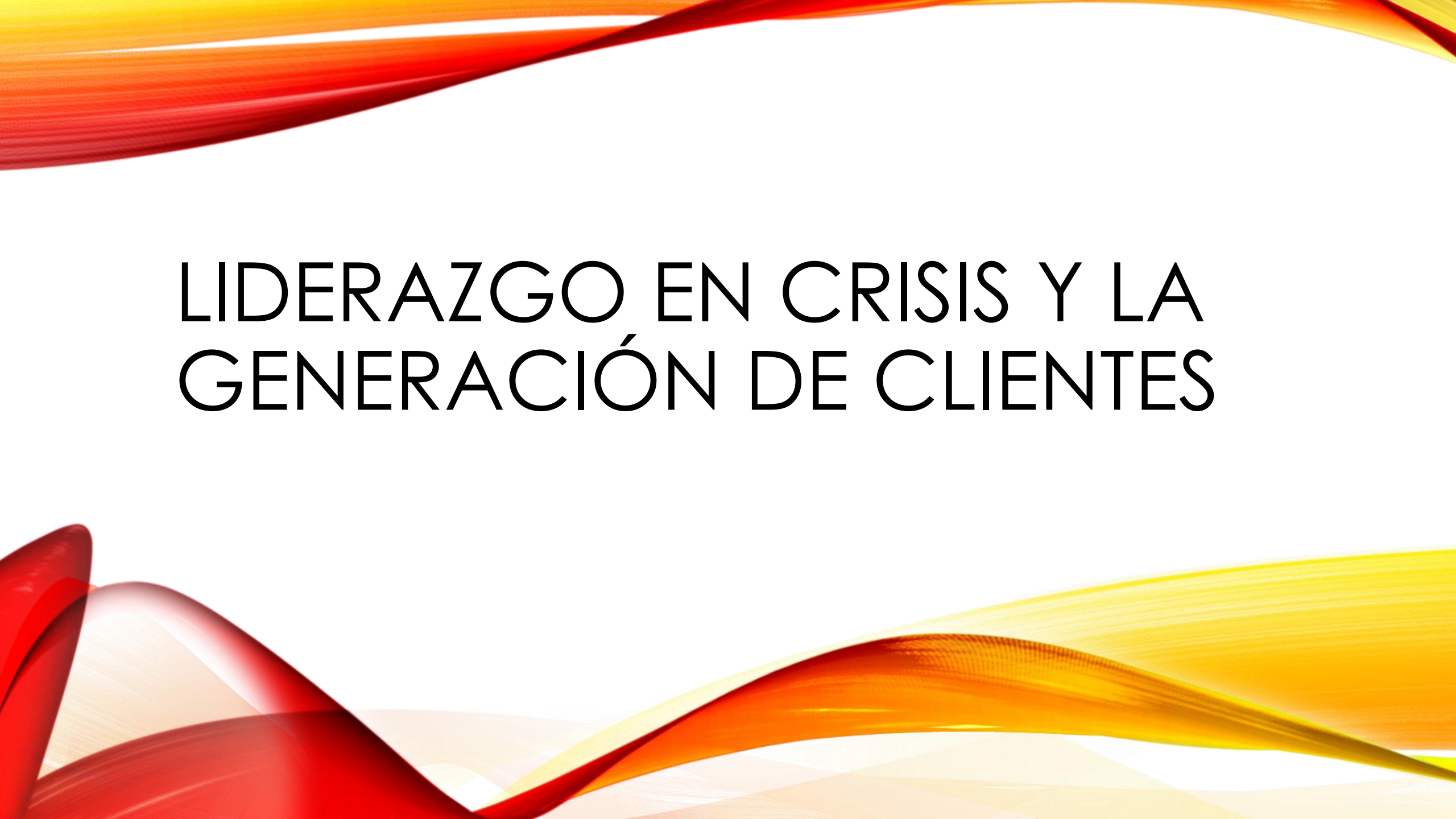
RELANZAMIENTO DE LA VISIÓN

- ¿Cuál era el sueño hace 5 años atrás?
- ¿Cuán vigentes están esos sueños en tu contexto actual?
- ¿Quiénes están involucrado en estos sueños?
- ¿Cómo puedes convertir esos sueños en metas?
- ¿Cuál será la fecha de logro de estas metas?

EMPRENDIMIENTO CON PARACAÍDAS

- Los paracaídas del emprendimiento son aquellas herramientas que se tienen para hacer que los procesos sean seguros y confiables. Son aquellas fuentes de información y planificación que permiten generar una definición clara sobre cómo, cuándo y dónde, esperas llegar y la certeza de ello.

¿Cuáles son tus paracaídas?

The background features abstract, flowing waves in shades of red, orange, and yellow, creating a sense of movement and energy. The waves are layered, with some appearing more prominent than others, and they curve across the frame.

LIDERAZGO EN CRISIS Y LA GENERACIÓN DE CLIENTES

LIDERAZGO EN CRISIS

- Manejo de Paradigmas
- Acción Constante
- Utilización de todos los recursos
- Minimización de Procesos
- Capacitación y motivación constante
- Definir márgenes de venta
- Fortalecer las líneas de venta, logística y redes

¿Qué aspectos motivan a las personas?

Los especialistas en psicología motivacional señalan que las personas prestan especial atención a los siguientes factores motivacionales al momento de desempeñarse en diferentes tareas o procurar alcanzar sus metas:

- Satisfacer una necesidad fisiológica (comida, bebida).
- Lograr una mejor salud.
- Ser escuchados.
- El ahorro o ganancia de dinero.
- Obtener reconocimiento y aprobación social.
- Amistad.
- La comodidad.
- Satisfacer su curiosidad.
- Proteger a los seres queridos.
- Amor a la familia.
- Placer, diversión, esparcimiento.
- Disponer de más tiempo libre.
- Ser como los demás.
- Ser diferente a los demás.
- Obtener seguridad.
- Prestigio
- Satisfacer su deseo de crear.
- Miedo a perder.
- Etc.

NUEVA GENERACIÓN DE CLIENTES

- Localización
 - Expectativas
 - Motivaciones
 - Necesidades
-
- ¿Compradores o vendedores de ideas?

VIVA EL SUEÑO CON SU CLIENTE

- Crea en los deseos y sueños de su cliente
- Confié en que lo van a lograr
- No imponga, disponga
- Mantenga la convicción
- Sea un buen piloto en este vuelo
- Más que cliente haga relaciones

EL "DON DE" SERVIR

- Servir es informar, escuchar, comprender y actuar a favor del cliente.
- La capacidad de servir es una de las virtudes más importantes de un vendedor, y sobre todo cuándo saber definir dónde servir.
 - ¿En que escenarios el servicio es efectivo para alzar ventas?
 - ¿Con qué población el servicio es efectivo para alzar ventas?
 - ¿El cliente espera venta o servicio?



AUTOEFICACIA Y HERRAMIENTAS PERSONALES

Teoría de la Autoeficacia

La misma establece que el individuo tiene una estructura mental dinámica. La cual permite tener un control directo del comportamiento e identidad permanente o modificable. Por medio del concepto del "Yo", dicha teoría plantea y considera que cada persona tiene una capacidad interna de utilizar y regular experiencias y aprendizajes previos.



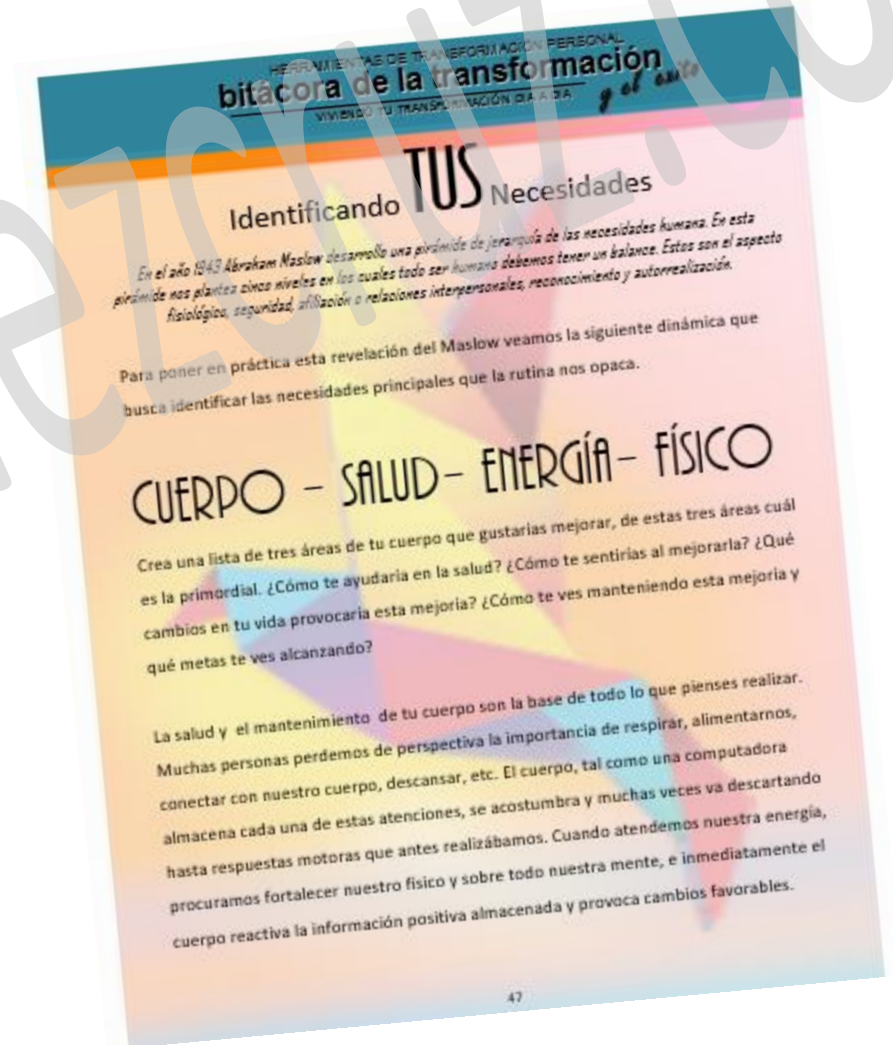
HERRAMIENTA # 1

Identificar Necesidades

1. La forma correcta de identificar las necesidades es preguntándonos que nos provoca seguridad, control y estabilidad en la vida.

2. Las necesidades mayormente van a estar basadas en las relaciones, la conexión con mis metas y la recreación.

3. La necesidad real es aquella que se ajusta a nuestras habilidades y trasciende nuestra autorrealización.



HERRAMIENTA # 2

- **Transformar Pensamientos**

Cada pensamiento que produzca una generalización, por ejemplo todos son, siempre es, etc. Busca la forma de llevarlo a un plano personal.

Identifica qué persona o situación en tu vida es totalmente distinta y utilízala para entender que no siempre es como lo vemos, pensamos o interpretamos.

HERRAMIENTAS DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL
bitácora de la transformación
VIVIENDO TU TRANSFORMACIÓN DIA A DIA y al éxito

TRANSFORMANDO PENSAMIENTOS

PENSAMIENTO	Al tener este pensamiento: ¿Qué Ves, qué Escuchas y qué sientes al pensar en la afirmación?
Ej. Todas las personas son extraordinarias	Ej. Veo Gente sonriendo, escucho pajaritos y siento la brisa fresca del campo
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Instrucciones: Complete la tabla con tres afirmaciones potenciadoras y determine, qué ves, escuchas y sientes al pensar en la afirmación. Utiliza estas afirmaciones como anclas en los momentos difíciles en tu vida y verás que todo cambiará positivamente. Hazlo un hábito y verás las circunstancias de vida desde un ángulo distinto.

80

HERRAMIENTA # 3

Crear un plan de Acción

La forma más efectiva de alcanzar metas es creando un plan de acción que establezca la prioridad de nuestras metas, el punto en que comenzamos a caminar hacia ella y sorbe todo el momento en que la terminamos. En esta medida podemos valorar nuestro esfuerzo y motivarnos hacia una nueva meta.

bitácora de la transformación
LIFE'S PROJECT PLAN
VIVIENDO TU TRANSFORMACIÓN DE A A DÍA

5 Metas

Muy Importante Importante Importancia Relativa Completada

1.
FECHA A COMPLETARSE:
FECHA:
FECHA COMPLETADA:

2.
FECHA A COMPLETARSE:
FECHA:
FECHA COMPLETADA:

3.
FECHA A COMPLETARSE:
FECHA:
FECHA COMPLETADA:

4.
FECHA A COMPLETARSE:
FECHA:
FECHA COMPLETADA:

5.
FECHA A COMPLETARSE:
FECHA:
FECHA COMPLETADA:

TÉCNICA 'LIFE'S PROJECT PLAN' POR: JOSÉ MIGUEL CRUZ

46

HERRAMIENTA # 4

Visualizar el plan

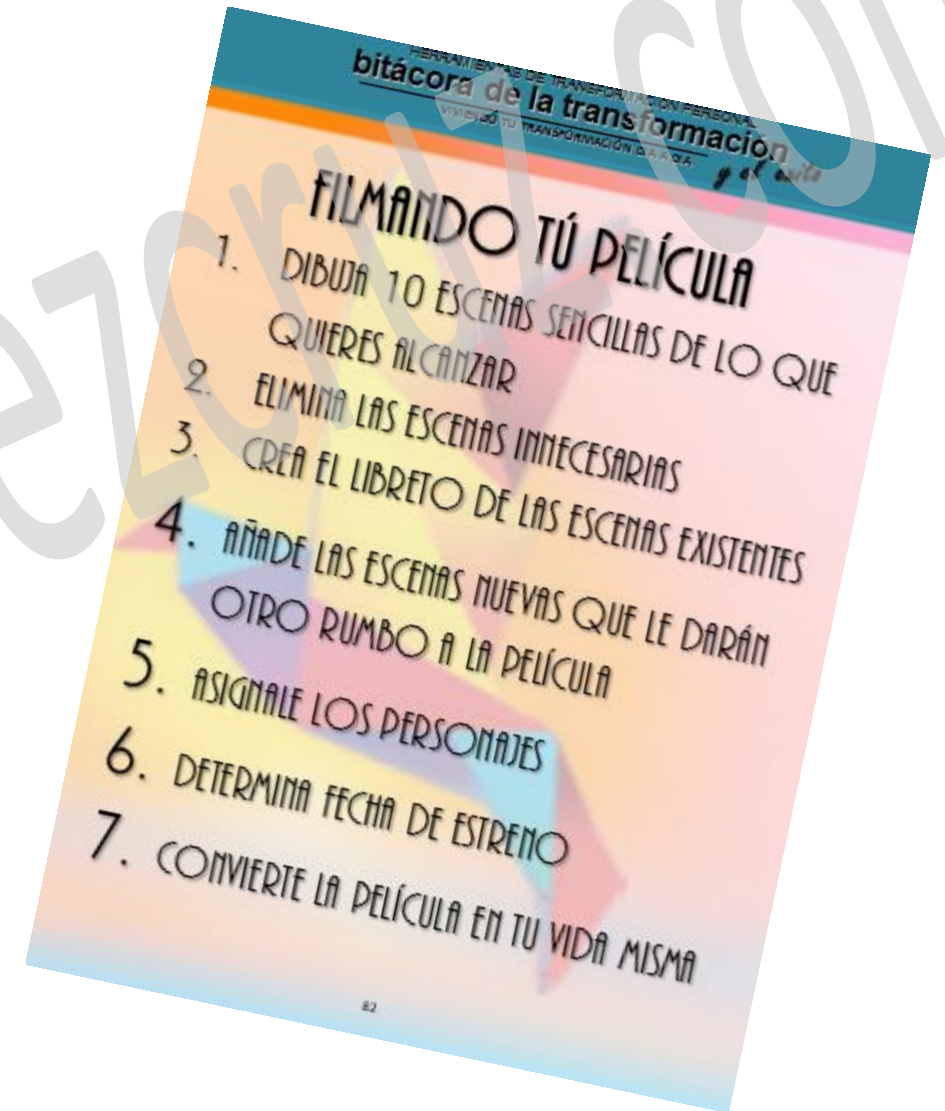
¿Cómo te ves haciendo lo que deseas?

¿Qué beneficios tendrás?

¿A quienes visualizas en tus metas?

¿A qué personas ayudará tu éxito?

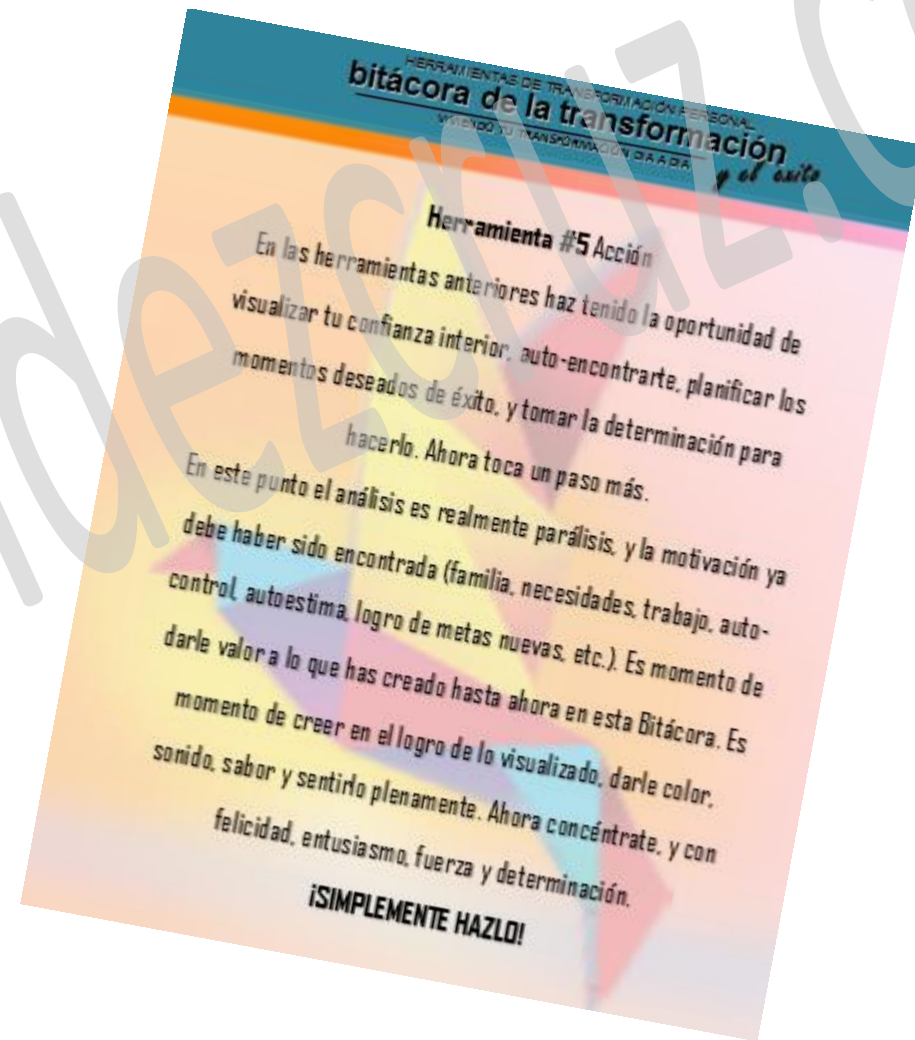
¿Qué color, forma, olor, o sonido le das a tus metas?



HERRAMIENTA # 5

Moverte

- Identifica hacia dónde deseas moverte, qué te mueve, qué obtendrás, cuáles son los riesgos e incertidumbres y el plan alternativo para lograrlo.



EMPODÉRATE

Reconoce cada día lo importante que eres y el valor de tu vida en el mundo. Ámate y Acéptate tal cual eres hoy día.



RECUERDA...

Si de Alguien
depende, depende
de ti...

Todo es perfecto...