Ser un agente de cambio: Tener una agencia

**Sentido de agencia:** Capacidad de sentir que podemos impactar en nuestra vida y entorno. 10. Según estudios, independiente de la situación económica del país.

**Clave 1.** Sentido de agencia equilibrado. Comprender lo que puedo controlar y lo que no. Algo más cercano al 6. Es necesario tener conciencia de nuestro sentido de agencia. **Ejemplo:** Respecto al servicio de paginas web, nosotros podemos controlar como difundir nuestro servicio, pero no podemos controlar la decisión de ellos.

**La práctica hace al maestro.** El liderazgo es un set de habilidades que se puede desarrollar en cualquier momento de nuestras vidas.

**Clave 2. Fortalece una mentalidad de desarrollo.**

1. Tienes cierta cantidad de inteligencia y no puedes hacer mucho para cambiar eso. 1
2. Cuando te esfuerzas mucho en una tarea, eso muestra que no eres inteligente. 1
3. El esfuerzo que tú pones en las cosas mejora tu inteligencia. 3
4. Las críticas de otros pueden ayudar a desarrollar tu inteligencia. 3
5. Las dificultades evitan que desarrolles tu propia inteligencia. 3
6. Una buena preparación antes de realizar una tarea es una manera de desarrollar tu inteligencia. 2.

**1,2,5. 🡪 5/3 🡪 Nivel de mentalidad fija promedio 🡪 1,66**

**3,4,6 🡪 8/3 🡪 Nivel de mentalidad de crecimiento promedio 🡪 2,66**

**Mentalidad fija.** Carol Dueck 🡪 Dos tipos de mentalidad en las personas. Mentalidad de desarrollo y mentalidad fija.

**Mentalidad fija:** Nací con una cantidad de inteligencia fija. Si me tengo que esforzar, es porque no soy tan inteligente. No me resultó así que soy tonto. Soy malo para y siempre seré así.

**Mentalidad de desarrollo de crecimiento:** Mi inteligencia varía día a día. Puede variar con el nivel de cansancio o si de comí bien o no. Fallar es parte de aprender. Puedo mejorar. Si me esfuerzo, mi inteligencia se fortalece

La mentalidad fija nos ha protegido de ciertas situaciones, ser un poco conservador en algunas cosas. Sirve para reconocer nuestros límites.

**¿Cómo fortalecer nuestra mentalidad de desarrollo?**

* **Aprender continuamente sobre el mundo que te rodea.** Leer muchas cosas, opiniones, etc.
* **Rodearte de personas diferentes a ti, abiertas a aprender cosas nuevas.** Aprender de los errores
* **Selecciona 1 habilidad que quieras desarrollar y enfócate en ella.**

**Libro:** Los hábitos atómicos.

4 tiempos. Tiempo de bienestar (actividades para mi, meditación, ejercicio). Tiempo de ocio y esparcimiento (Darle un descanso y estímulos al cerebro). Tiempo de Trabajo (cosas productivas). Tiempo de aprendizaje (Aprender cualquier cosa, el cerebro es un músculo y hay que entrenarlo)

**Teoría U (Método)**

1. **Co iniciar**. Pensar una idea, pero inmediatamente conversarla con otras personas.
2. Mente abierta. Buscar información y datos acerca de eso
3. Corazón abierto. Tomar contacto real con el problema que buscamos solucionar. En terreno.
4. Presenciar
5. Cristalizar
6. Co crear prototipos
7. Escalar esos prototipos para generar un cambio mayor

**Clave 3**. Propósito. Define un ámbito en el que te gustaría aplicar las habilidades aprendidas.

**Clave 4.** Definir el público. Identifica a qué grupos quieres aportar (y sus necesidades)

¿A qué personas o grupos quieres ayudar con tus habilidades? ¿Conoces qué necesidades tienen estos grupos? Identificar el público. Adultos mayores, estudiantes, familias, vecinos, voluntarios, animales abandonados.

**Invitación.** Conversar con nuestro público potencial.

**ENTONCES ¿QUÉ ES EL LIDERAZGO?**

1. Líder no es el/la que más manda, sino que es el/la que más ayuda.
2. No se nace siendo líder, sino que se aprende a liderar, como todas las cosas.
3. Algunas veces los líderes son elegidos, en otros casos casos también lideran por iniciativa propia, o porque son invitados a liderar por otros líderes.
4. Todos pueden ser líderes ¡Pero no al mismo tiempo! En algunas ocasiones nos toca liderar, y en otras ocasiones nos toca seguir las indicaciones de quien lidera.