

EJERCICIOS

MÓDULO 3

PRODUCTIVIDAD



Telefónica

EDUCACIÓN DIGITAL

LECTURA Y REFLEXIÓN: Orientación al logro**10 rasgos que definen a las personas que consiguen resultados**

(...) Existe un error habitual y es pensar que las personas que consiguen resultados, digamos “excepcionales”, que a muchas personas les gustaría lograr, son gente “especial”, dotada de talentos innatos o que la naturaleza les ha señalado como los elegidos. No es así. Son gente como cualquiera, pero que sí aglutinan una serie de características, que lo más importante es que están al alcance de todos.

¿Cuáles son esas características?**1. Son personas que tienen claro lo que quieren.**

La principal causa por la que la gente no consigue lo que quiere es que no sabe lo que quiere. Muchas personas funcionan por inercia, dejándose llevar, en piloto automático; y como decía Séneca: “No hay buen viento para quien no sabe adónde va”. Cuanto más concretas, detalladas y específicas son nuestras metas, más fáciles de conseguir,

porque entonces se pueden alinear todos los recursos, concentrar todas las energías y diseñar todas las acciones hacia ese fin. De otro modo, cuando las metas son difusas, uno anda pegando tiros por aquí y allá y las fuerzas andan demasiado dispersas.

2. Son personas de Acción.

Si decides hacer algo y no actúas en realidad no has decidido nada. La acción es la verdadera medida de la inteligencia. Son personas que no esperan a que se den las circunstancias perfectas, a contar con todos los medios a su alcance, o a ver todo el camino por delante. Son personas que se ponen en movimiento y sobre la marcha van descubriendo las soluciones. Cuando uno se pone a caminar está provocando que ocurran cosas. Lo peor es el inmovilismo, quedarse quieto, parado a que venga la inspiración divina o aparezcan las circunstancias idóneas. Nunca ocurre y encima el tiempo pasa. Y el tiempo es la variable más importante con la que contamos las personas, porque el tiempo es el que es y se agota; no se puede recuperar, reciclar y nada. Cada hora que pasa y no se aprovecha, se pierde. Por eso Karen Lamb

decía: “Dentro de un año te arrepentirás de no haber empezado hoy”. El secreto de avanzar es siempre comenzar.

3. Son personas disciplinadas.

La disciplina es hacer lo que se tiene que hacer aunque no apetezca. Lo difícil no es saber lo que hay que hacer, es hacerlo. Si uno quiere adelgazar se va a un especialista en nutrición, le dice la dieta que tiene que seguir, pero luego la gente se la salta. Si uno quiere tener un cuerpo diez, se va a un especialista en preparación física, y le dice los ejercicios a realizar, pero luego la gente deja de ir al gimnasio. La pereza es el mayor enemigo de la disciplina. Mucha gente no consigue resultados, porque prefiere hacer lo cómodo a lo necesario. Lo decía Víctor Hugo: “A nadie le faltan fuerzas, lo que a muchos les falta es voluntad”. Para conseguir resultados extraordinarios no hay que hacer cosas extraordinarias, pero sí ciertas cosas repetidas a lo largo del tiempo.

4. Son personas que no pierden el Foco.

Son personas que han decidido dedicarse intensamente a algo. La dispersión es uno de los grandes enemigos en la consecución de objetivos. Steve Jobs decía en una ocasión: “Cuando te dedicas a construir algo tan grande como Apple tienes que dejar de vivir otras vidas que podrías estar viviendo”. Vivir es elegir y elegir es descartar. Son gente que sabe decir no a muchas cosas, y no se centran en lo que pierden con las alternativas descartadas, sino que se centran en lo que ganan con la elegida.

5. Son personas que tienen Paciencia.

Casi todo lo bueno de la vida se cuece a fuego lento. Tarda tiempo en llegar. No se siembra hoy y se recoge mañana. Para mí la Paciencia es, quizás, la virtud más difícil de encontrar en el Desarrollo Personal, porque hablar de Paciencia es hablar de futuro; y el futuro no nos lo puede garantizar nadie. Por eso hablar de Paciencia es hablar de FE, y qué significa FE, confiar en lo que no se ve; que si uno trabaja y tiene capacidad de esperar, los resultados llegan, pero nadie nos lo puede garantizar. El problema de la mayoría de la

gente es que al no ver resultados, desiste. No existen metas no realistas, sólo tiempos no realistas. Todo es posible si uno se da el tiempo suficiente. El problema es que las personas no buscamos “soluciones” sino “milagros”: sea bilingüe en diez días, aprenda a negociar con nuestro curso on-line o sea líder con nuestro programa de fin de semana... Y no funciona así la cosa.

6. Son personas que ponen la responsabilidad en ellos mismos.

La autorresponsabilidad es el primer requisito del autoliderazgo. Son gente que no espera a que nadie les resuelva la vida, porque saben que si se hace, puede pasar el tiempo y seguir igual. No se centran en el qué va a pasar, sino que ponen el foco en el qué voy a hacer. Sí, es cierto, hay injusticias, trabas burocráticas y muchos obstáculos... pero no dedican un minuto a quejarse y lamentarse, sino que ponen su atención en cómo bordearlos. Quejarse puede hacernos sentir mejor, pero no soluciona nada.

7. Son personas que tienen una fuerte Determinación.

Y Determinación significa decidir por adelantado que pase lo que pase uno va a seguir adelante. A pesar de los obstáculos, de las injusticias, de las críticas, de los fracasos... no se para. Will Smith, el actor de Hollywood, para explicar lo que era su compromiso y determinación con el trabajo, ponía el siguiente ejemplo: “Aquí hay dos máquinas de correr de gimnasio, yo me voy a subir en una y tú en otra, y sólo pueden ocurrir dos cosas: o tú te bajas antes o yo muero en la cinta”. Eso es Determinación, algo por lo que uno está dispuesto a apostararlo todo. En la vida no hay que preguntar a la gente qué quiere conseguir, sino qué está dispuesta a perder, porque eso indica el grado de compromiso que tiene con la causa, con sus metas.

9. Son personas que se mueven en entornos adecuados.

Hay entornos tóxicos y entornos estimulantes; entornos que sacan lo mejor de uno y entornos que reprimen el potencial que hay dentro de cada persona; entornos con gente que te carga de energía y entornos con gente que te chupa energía; entornos que potencian la confianza y entornos que alimentan el miedo. Los límites no están en las personas, están en los entornos. ¿Y qué son entornos? La tierra en la que se cultiva: si la semilla es buena, pero el terreno no es fértil, no saldrá nada. Por el contrario, si a una persona se la pone en buena tierra y se la riega, crece sin parar; porque estamos hechos para eso: para crecer, mejorar, evolucionar.

10. Son personas que tienen una actitud de mejora continua.

Nuestra vida es un reflejo de nuestro desarrollo personal, por eso no hay mejor inversión que la que se hace en uno mismo. La gente que no se desarrolla se deprecia porque se desprecia. Son gente que siempre piensan cómo mejorar; no dejan de leer, estudiar, acudir a conferencias y seminarios,

relacionarse con gente. Y en este tema del desarrollo personal hay una cuestión que conviene destacar. Hay gente que dice: “Es que yo soy así”. Tú siempre puedes cambiar y tú siempre puedes mejorar, porque tú siempre puedes aprender. El activo económico más valioso que tiene una persona es su capacidad de aprender.

Dentro de cada persona hay un gran poder interior, y la cuestión es si ese poder está activado o no. La gente que consigue resultados es gente que ha activado, consciente o inconscientemente, ese poder. La principal debilidad humana es que nos infravaloramos, que creemos que no somos lo suficientemente buenos. A menudo vamos por la vida con el freno de mano echado. Nuestra vida es un reflejo de nuestra autoestima, que no es otra cosa que la reputación que tenemos de nosotros mismos; si esa reputación no es elevada, es difícil que ocurran cosas grandes. Por ello lo primero y más importante que hay que aprender es aprender a creer en uno mismo. Cada persona es mucho más que lo que ella piensa de sí misma. Cuando conseguimos liberarnos de todas creencias, límites y miedos que nos

atan, a partir de ahí cualquier meta está a nuestro alcance. Y ojo, que diga que cualquier meta esté a nuestro alcance no quiere decir que sea fácil. Como hemos visto: hay que tener claro lo que se quiere, pasar a la acción, ser disciplinado, no perder el foco, tener paciencia, poner la responsabilidad en uno mismo, tener una fuerte determinación por lo que queremos, cultivar hábitos mentales sanos, moverse en los entornos adecuados y finalmente tener una actitud de mejora continua (...)

Fuente del texto: Blog de Francisco Alcaide

PREGUNTAS

- » ¿Qué relación tiene lo incluido en este texto de Francisco Alcaide con lo trabajado en este módulo 3?
- » ¿Qué otros rasgos te gustaría desarrollar?
- » ¿Qué 3 rasgos de los presentados crees que tienes más desarrollados?
- » ¿Qué puedes hacer para conseguirlo? Intenta definir al menos un objetivo (en términos SMART) y un plan de acción para alcanzarlo.

Telefonica

EDUCACIÓN DIGITAL