

GESTIÓN DEL LIDERAZGO Y HABILIDADES DIRECTIVAS EN CONTINUO CAMBIO

Ahorro de energías

GESTIÓN PERSONAL: AUTOLIDERAZGO en las ORGANIZACIONES

FUNDAMENTOS DE PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN

Montserrat Ferraro

Colaboradora: “Fundació La Caixa”

Presidenta ACPE

Prof. EAE y Fundación EAE

Ex -decana del COPC

Prof. ICE 2005-2007

Directora de FERRARO Consulting

ACPE-EAE-FERRARO Consulting



Según la óptica se dan diferentes puntos de mira



Según la posición se perciben otros detalles de una misma situación



Las situaciones más espectaculares surgen en los momentos más inesperados



El liderazgo directivo se siente en soledad
y se vive en equipo

LA TOMA DE CONSCIENCIA ES LO PRIMORDIAL

- Al tomar consciencia se segrega en nuestro organismo DOPAMINA (serotonina, adrenalina)
 - TU VALES
 - TU PUEDES
 - TU QUIERES



Un equipo es algo más que un grupo de personas



Crear un equipo de un grupo de personas no es nada fácil y requiere su metodología de dirección



Lo importante es conseguir que todos miren en una misma dirección
TENER UN OBJETIVO COMÚN

**LAS PERSONAS SON EL PRINCIPAL
ACTIVO DE LAS ORGANIZACIONES
EMPRESARIALES Y
LAS EMPRESAS SE MUEVEN CON
ENERGÍA PERSONAL**



Capitalismo sensible

- Necesidad de evolución de **JEFES** a **FACILITADORES**
- Necesidad de autonomía y responsabilidad profesional
- Necesidad de calidad y orientación al cliente
- Necesidad de orientación por valores

El C.S. pretende introducir la dimensión “persona” dentro del pensamiento directivo en la práctica diaria

Es importante ahora más que nunca tener en cuenta la capacidad de socialización inminente que comporta cualquier ámbito

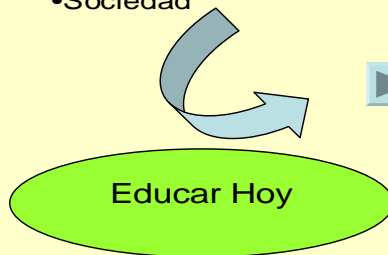
ESTAMOS FRENTE A UN NUEVO PARADIGMA SOCIAL QUE CONTEMPLA



Salud Mental y Calidad De Vida

EDUCACIÓN

- Profesorado (Escuelas)
- Padres
- Niños
- Sociedad



Educar Hoy

SOCIO-RECREACIÓN

- Asociaciones Cívicas
- Ampas
- Asociaciones Deportivas
- Asociaciones Culturales
- Otras Asociaciones Recreativas
- MEDIOS DE COMUNICACIÓN



Comunicar bien
Para vivir mejor

TRABAJO

Multinationales- Instituciones- Pequeña y Mediana Empresa

- Directivos: cenas de reunión
- Cargos medios Directivos
- RRHH
- Personal en general

Gestión de
Intangibles

NOS BASAMOS EN INVESTIGACIONES CONTRASTADAS

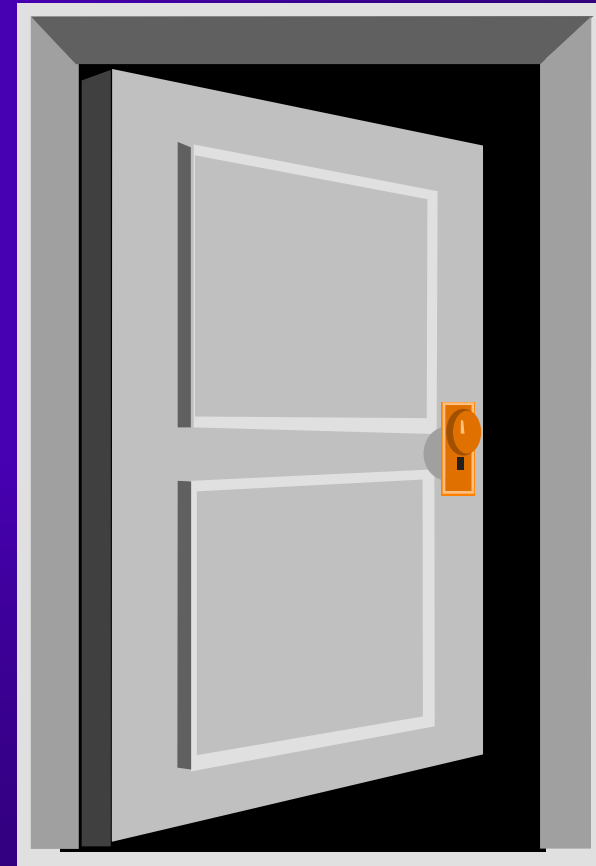
- Las organizaciones empresariales cada vez más, necesitan personas que vayan más allá de la mera ejecución y sean capaces de anticiparse y estar preparadas para los desafíos y las exigencias de los nuevos retos.
- Las organizaciones cada vez más se precian de tener la categoría de SALUDABLES.

AÚN QUEDAN MUCHAS POR CONCIENCIARSE

BASES DEL APRENDIZAJE

LAS SIETE INTELIGENCIAS (Gadner1997)

- Lógica-Matemática
 - Espacial
 - Musical
 - Verbal
 - Cenestésica
 - Intrapersonal
 - Interpersonal
- } INT /EM



BASES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

COMPETENCIAS DE LA I/E (Goleman1994)

- **Competencias Personales: Intra**
 - Autoconciencia
 - Autorregulación (D - D)
 - Auto motivación
- **Competencias Sociales: Inter**
 - Habilidades Sociales
 - Empatía
 - Asertividad



EL DIALOGO INTERNO

Aprender a Aprender es:

La “base” de un continuo crecimiento, de uno/a mismo/a y de los demás, a través del hecho de ser consciente (dopamina)

M.F.



NACIMIENTO DE NUEVAS FORMAS DE POTENCIAR LOS RECURSOS PROPIOS

EL COACHING:

*Acompañar/acompañarse y
guiar/se en su propio desarrollo*

COACHING para:

- Alto rendimiento en la FAMILIA
- Alto rendimiento en la EDUCACIÓN
- Alto rendimiento en la EMPRESA
- Alto rendimiento en la ORGANIZACIÓN

COACHING para AUTOLIDERARSE

- 1.- Aumenta tu poder innato
- 2.- Rectifica tu proceder
- 3.- Haz que el dinero trabaje para tí
- 4.- Saca tiempo de donde no lo hay
- 5.- Construye relaciones sólidas y enriquecedoras
- 6.- Haz un trabajo que ames
- 7.- En lugar de trabajar duro hazlo con inteligencia
- 8.- Comunícate con fuerza, gracia y elegancia
- 9.- Cuida de tu posesión más valiosa
- 10.- Éxito sin esfuerzo

ALTO RENDIMIENTO COMO AHORRO ENERGÉTICO

- SER CONSCIENTE DE LAS PROPIAS CAPACIDADES: emocionales, cognitivas, conductuales, actitudinales,..
- SER CONSCIENTE DE LAS PROPIAS PSICORREGULACIONES: relax, visualización , escucha corporal,..
- GESTIONAR LAS PROPIAS HABILIDADES PSICOLÓGICAS: de sentir de pensar, de actuar,...
- ENTRENAR / PRACTICAR:
 - **TÉCNICAS QUE NOS PROPICIEN EL AUTOCONOCIMIENTO, EL APRENDER A APRENDER SIEMPRE, Y EL PROPIO AUTOLIDERAZGO**
 - **MÉTODOS QUE FACILITEN LA COMBINACIÓN DE TÉCNICAS (Coaching, -MEF- y otros tipos de intervenciones metodológicas)**
 - **ESTRATEGIAS QUE SE MANTENGAN EN EL TIEMPO PARA FIJAR APRENDIZAJES (seguimientos y evaluaciones,...)**

INTERVENCIONES EN LOS SIGUIENTES ÁMBITOS

- **FAMILIAS:** “FAMILANDIA” “EDUCAR HOY” ”EL JUEGO Y LOS JUGUETES “ “Comunicar bien para vivir mejor”,...
- **PROFESORADO:** “TÉCNICAS DE GESTIÓN DEL ESTRÉS” “GESTIÓN EMOCIONAL EN EL AULA”, “Comunicar bien para dirigir mejor”,...
- **TRABAJO :** “Coaching “ “Outdoor Training” “Gestión de Intangibles”,...
- **ORGANIZACIONES:** “MEDIACIÓN COMUNITARIA DEL PENEDÉS” (PROYECTO PILOTO),...

FERRARO Consulting

FAMILANDIA

Montserrat Ferraro i Frago
Joaquim Paüls i Bosch

ACPE-EAE-FERRARO Consulting

OBJETIVOS

1. - Vivenciar
2. - Disfrutar
3. - Tiempo
4. - Compartir
5. - Comunicar

Áreas de interacción psicológica en las organizaciones



A IGUAL PREPARACIÓN TÉCNICA Y TÁCTICA
LAS DIFERENCIAS SE ENCUENTRAN
EN LA MENTE

Jordi Murio
Seleccionador de Natación
Nacional y Olímpico
Entr. de Sergi López

“Las emociones tienen una definición de alto rendimiento que se halla presente en el núcleo de casi todas las empresas punteras, pero mal conocida o escasamente valorada en la mayoría de las demás organizaciones actuales”

Joseph Harmond, presidente de la American Quality Fundation

“El entrenamiento de los mandos en técnicas de comunicación es fundamental”

(Birrdwhistell)

UN CONCEPTO BÁSICO DE LA COMUNICACIÓN

EL PODER DE LAS
PALABRAS ES ALGO
MÁS QUE UN SIMPLE
INTERCAMBIO DE
IDEAS



PARA COMUNICAR MEJOR CON LAS PALABRAS

SER CONSCIENTES DE QUE:

Existe una fuerza de la palabra dicha o escrita

**EL LENGUAJE Y SU RELACIÓN CON LAS
EMOCIONES**

Según Romen, psicólogo ruso:

“La fraseología debería utilizarse con el mismo cuidado con el que un cirujano utiliza SU BISTURÍ”

SIGNIFICADOS DE LAS PALABRAS

- Las palabras y los pensamientos determinan las acciones en la vida
- Las palabras son generadoras de “imágenes internas”(visualizaciones). Positivas o Negativas
- Las sensaciones corporales acaban generando una “imagen interna” de su percepción
- Las emociones las sensaciones y las “imágenes internas”
- El “IMAGINARIO SOCIAL”: en general
Ej: NIKE: en deporte

OTROS ELEMENTOS DE LAS PALABRAS

El sonido y el tono de nuestra voz también dice mucho del estado de nuestras emociones

El sonido y el tono tienen:

- . Contenido emocional (positivo o negativo)
- . Expulsión de tensiones
- . Aporte de “placer” o “displacer”
- . Influencia en el estado de ánimo de los que te rodean

La melodía en la voz es la responsable de procesos progresivos de relajación o de irritabilidad

PRACTICIDAD Y EXPERIMENTACIÓN

- La utilización del lenguaje en positivo o en negativo.

Evocación o Percepción de SENSACIONES

Evocación o Elaboración de IMÁGENES

Optimización del recurso lingüístico

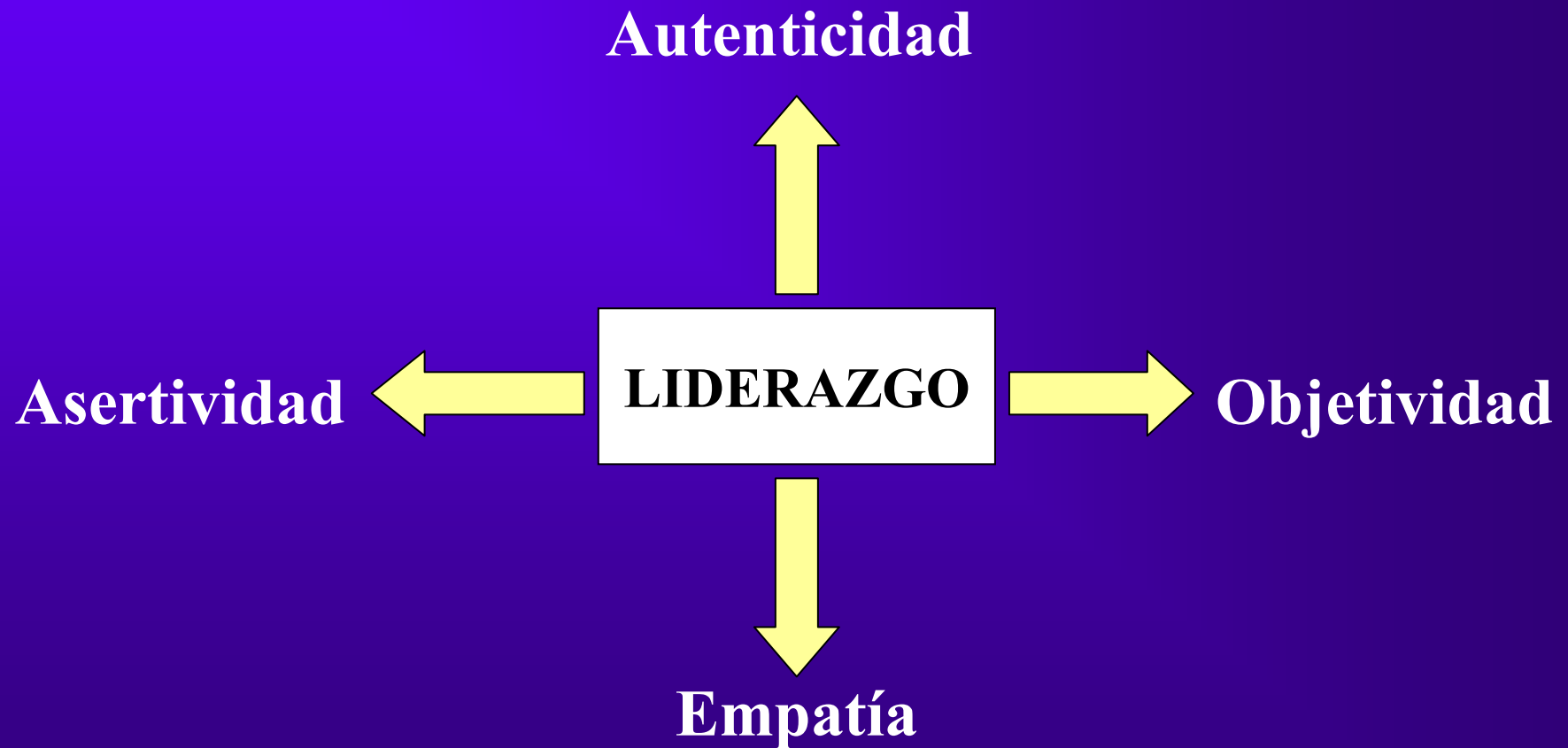
- Experiencia científica con el CORTISOL

LIDER **inteligente emocionalmente**

PERSONA QUE INSPIRA Y GUIA
A LOS INDIVIDUOS

AUTOLIDERAZGO

Liderazgo efectivo



Principios de objetivación

- REALIDAD OBJETIVA
- ACCIÓN POSITIVA
- ESQUEMA CORPORAL

Empatía

Conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas .

Situarme en el lugar del otro sin necesidad de compartir su punto de vista.

- **Distancia positiva: Valoración propia y del otro/a**
- **Comprensión de los demás: Detección de sus intereses**
- **Desarrollo de los demás: Proporcionarles satisfacción**
- **Orientación hacia el servicio: Anticipación de necesidades**
- **Aprovechamiento de la diversidad: Enriquecimiento**
- **Consciencia política: Corrientes emocionales y relaciones de poder subyacentes**
- **Entrega: Sentirse y hacer sentir importante**

Comportamiento Asertivo

- Tener objetivos claros
- Ser perseverante
- Tomar la responsabilidad bien entendida (aceptar con la misma elegancia un cumplido que un error)
- Respetarse a si mismo/a (Definir y defender los propios derechos y opiniones)
- Respetar a los demás

Conducta Asertiva

No Verbales:

- Tono de voz fuerte y fluido
- Mantener la mirada del interlocutor
- Armonizar gestos y expresión facial a lo que se esta diciendo
- Postura corporal atenta y de interés
- Distancia apropiada con el interlocutor

Conducta Asertiva

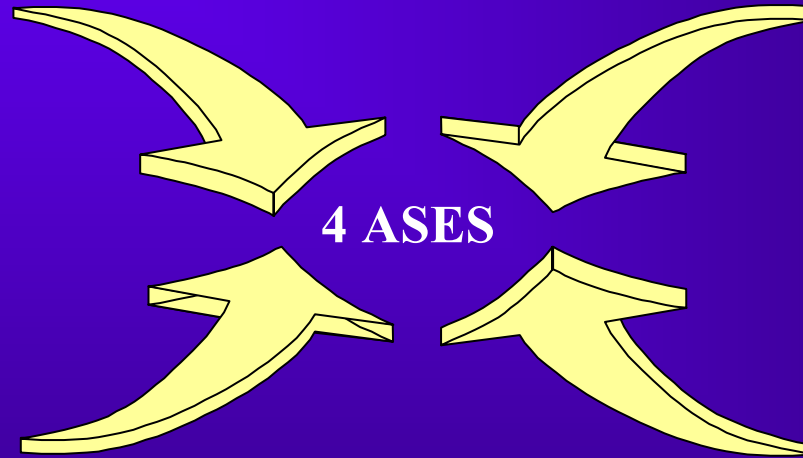
Verbales:

- Planteamientos claros y concisos
- Ceñirse al tema del que se está hablando
- Expresar abiertamente los propios pensamientos sin coaccionar ni juzgar al otro
- Utilizar las expresiones “yo” o “nosotros” como comienzo de sus reflexiones.

Los 4 ases de la autenticidad

AUTOCONTROL

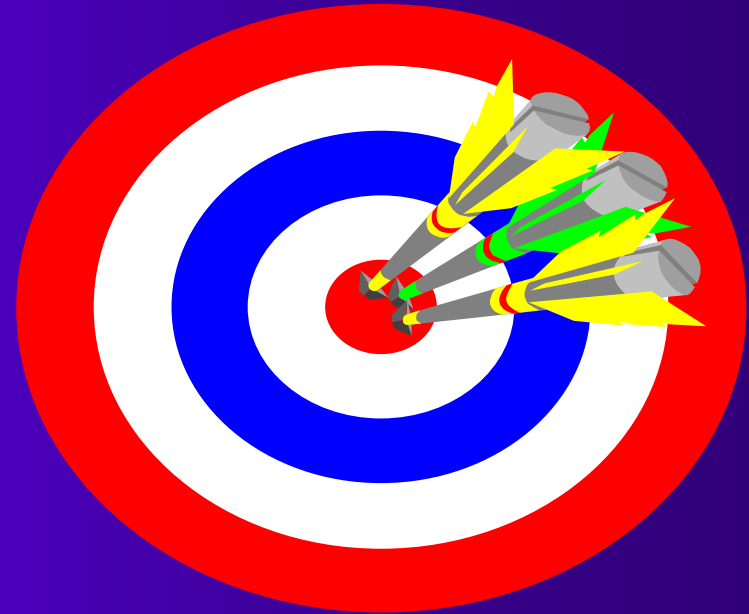
AUTOREFUERZO



AUTOEFICACIA

AUTOESTIMA

LA PRESIÓN



EL MANEJO DE LA ANSIEDAD INDICA LA EFICACIA FRENTE A LA ACCIÓN BAJO PRESIÓN QUE COMPORTAN CIERTOS MOMENTOS EN LOS DIFERENTES ÁMBITOS DE LA VIDA

Expectativas de control (en cualquier ámbito)

- LOCUS de control (= Competencia percibida. Rotter Wallston) *INTERNO * EXTERNO
- Factores significativos:
 - Grado de ANSIEDAD de la persona
 - Nivel de tolerancia a la frustración

Expectativas de ÉXITO

- Enfoque al EGO
- Enfoque a la TAREA



G.Roberts

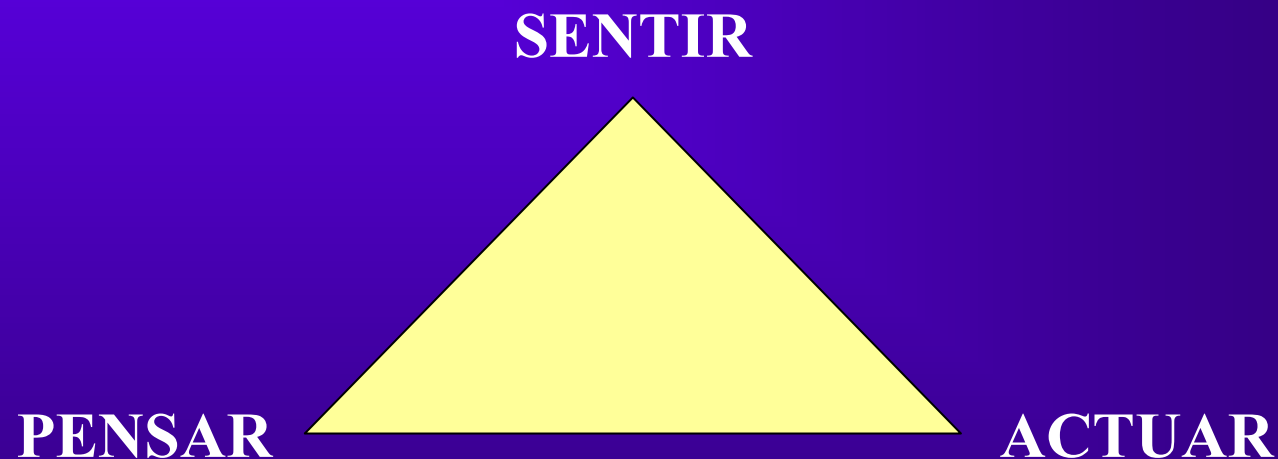
ES NECESARIO SER CONSCIENTES DE NUESTRAS CAPACIDADES Y ENTRENARLAS

- Entrenamiento de capacidades cognitivas
- Entrenamiento de capacidades emocionales
- Entrenamiento de capacidades actitudinales conductuales y de comunicación

Preparación psicológica

Entrenamiento de capacidades psicológicas, a tres niveles:

Teoría de la coherencia: Satisfacción de ser efectivo al actuar los tres aspectos a la vez y coincidentes. Entrenamiento de capacidades psicológicas



Anatonovsky, 1979

ACPE-EAE-FERRARO Consulting

Habilidades cognitivas en base a las competencias cognitivas

Base del PENSAR

- Establecimiento de objetivos
- Regulación de la atención
- Regulación de la activación
- Regulación de la imaginación mental
- Dialogo INTERNO. Autoconversación
- Guiones internos
- Competencia percibida. Autoeficacia

Habilidades emocionales en base a las competencias emocionales

Base del SENTIR

Competencias **PERSONALES**

El modo en que nos relacionamos con nosotros mismos

**CONSCIENCIA DE UNO MISMO
AUTOREGULACIÓN
MOTIVACIÓN**

Competencias **SOCIALES**

El modo de relacionarnos con los demás

**EMPATÍA
HABILIDADES SOCIALES
ASERTIVIDAD**

Actitudinales y de Comunicación

Habilidades

Base del ACTUAR

- Intencionalidad
- Propósitos
- Intereses
- Deseos
- Necesidades
- **Verbal** : estructura, duración, contenido descripción,...
- **Sonora** : Tonos, melodías, ruidos,..
- **No Verbal** : Lenguaje escrito, lenguaje corporal (Kinesia)

Repertorio innato
Pautas biológicas de la especie
Pautas genéticas individuales

Repertorio adquirido
Experiencias vividas
Pautas aprendidas

Esquemas emocionales

EMOCIÓN

Fisiológico

Cognitivo

Conductual

Manejar las propias emociones

- Las emociones básicas son innatas. La forma de manejarlas está en nuestras manos.
- Habilidad psicológica esencial: aprender a resistir el impulso.
- Caben tres posibilidades de manejo:
 - **Apaciguamiento:** No dejarse avasallar por las emociones
 - **Modificación de la situación:** Utilizar las energías para el cambio. Dar otra interpretación.
 - **Supresión:** “Desconectar” conscientemente.
 - **Canalizar:** Aplazar el “debriefing” la descompresión de la emoción a conveniencia.

Gestión de las emociones

Reconocer y aceptar las Emociones

- **Quien aprende a percibir las señales emocionales, darles nombre y aceptarlas, puede dirigirlas y profundizar en ellas.**
- **La capacidad de reconocer la emoción es la piedra angular de la I.E. lo que significa:**
 - **Prestar atención a las señales emocionales que emite el cuerpo**
 - **Averiguar que desencadena la señal emocional**
 - **Prestar atención a los pensamientos automáticos.**
 - **Autocontrolar a conveniencia las mas que no las menos**
 - **Mejorar el rendimiento personal**

SENTIMIENTO DE EQUIPO ES

TENER UNA VISIÓN COMÚN:

ganar

SENTIMIENTO DE EQUIPO..

- * Aceptar la existencia de varios líderes explícitos en el mismo equipo.
- * Alternancia en momentos determinados, de los estilos de liderazgo y la interrelación entre ellos.

SENTIMIENTO DE EQUIPO

- * Aceptar que todos somos potencialmente líderes
- * Sentirse parte de un todo
- * Sentir la importancia de estar en el banquillo, de colaborar, de sentirse parte de un todo.
- * Aceptar los propios errores y los errores de los demás
- * Respetarse y respetar la persona frente al personaje

Alto rendimiento del equipo organizacional

- Las entidades han de implementar la CALIDAD TOTAL
- Las entidades funcionan con “energía humana”
- Las entidades condicionan la “energía humana”
- Las entidades han de autoanalizarse
- Las entidades funcionan con personas que son personas

**“LA CONSTANCIA CREA EL HÁBITO Y EL HÁBITO POSITIVO
ES LA SALUD Y LA EFICACIA”
(Proverbio oriental)**



**“NADIE ES TAN INTELIGENTE
COMO TODOS NOSOTROS JUNTOS
(Proverbio japonés)**