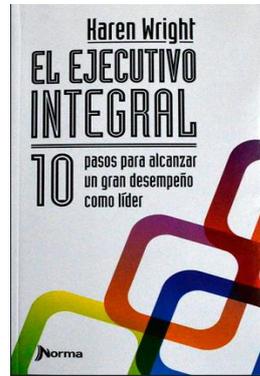


EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”



EL EJECUTIVO INTEGRAL 10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER.

Su primera prioridad: la salud y el buen estado físico.

La salud es el fundamento donde se construyen todos los éxitos. El hecho es que el estilo de vida típico de un ejecutivo de alto rendimiento puede significar una carga extrema para su cuerpo. Actos de representación, eventos nocturnos y de fin de semana, viajes... todos ellos representan obstáculos para el mantenimiento de cualquier tipo de rutina sana. Parece evidente que usted debe cuidar su cuerpo al extremo si le exige esfuerzos extraordinarios.

1. Hábitos alimenticios disciplinados y una filosofía personal clara en materia de alimentación.

Tiene todo el sentido del mundo para que un cuerpo funcione de la mejor manera posible, tiene que contar con el combustible de una alimentación adecuada, en las cantidades adecuadas y en los intervalos adecuados.

Si no tiene claro cómo responde su cuerpo a diferentes tipos de alimentos, haga un experimento. Desayune con algo diferente cada día a lo largo de una semana y manténgase consciente a lo largo de la mañana. Pronto se dará cuenta de que su cuerpo reaccionará de manera diferente según los insumos que recibe. Una vez que tenga una buena idea de lo que más le conviene, establezca algunas reglas y sígalas.

2. Actividad diaria y conciencia de la energía.

A pesar de que requieren energía intelectual y emocional, gran parte de los cargos ejecutivos a nivel directivo son sedentarios, por lo que usted necesita incluir en su horario ejercicio para mantenerse enérgico y con buena salud. Usted sabe lo que lo hace sentir bien y lo que mantiene saludable a su cuerpo, pero si no tiene una rutina regular en el gimnasio u otras actividades, vale la pena considerar un programa de 10,000 pasos diarios. Evalúe la realidad de su horario de trabajo y el conocimiento de su propio reloj biológico y planifique en consecuencia.

Para fines académicos

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

3. Manejo del peso.

No falta documentación sobre los efectos de hasta un pequeño aumento de peso en la salud general, tanto actual como futura, por no mencionar en la energía. Y aunque la opinión de muchas personas sobre el peso, y sobre la apariencia personal en general, puede ser injusta, ese juicio existe. Es mejor mantenerse delgado, y eso no se vuelve más fácil con el paso de los años, así que no espere.

4. Metas y parámetros.

La mayoría de las personas altamente exitosas no restringen su ambición a sus carreras o negocios. Si a usted le motivan las cifras, ¿por qué no utilizar esa tendencia para provecho propio en otras áreas importantes de su vida?

5. Hidratación y suplementos.

Aunque hay una amplia gama de opiniones sobre cuánta agua se debe de beber, tiene sentido reponerla frecuentemente; después de todo, el cuerpo se compone de agua en un 75%. Puesto que ninguno de nosotros está viviendo la vida activa, orgánica, natural y al aire libre para cual fueron diseñados nuestros cuerpos, es comprensible que tengamos vacíos en nuestra ingesta de nutrientes.

A menos que esté dispuesto a abandonar la ciudad y a cultivar su propia comida orgánica, la mejor manera de asegurarse que está satisfaciendo sus necesidades de vitaminas y minerales es a través de los suplementos nutricionales.

6. Estrategias de entrenamiento combinado y recuperación.

Nuestro cuerpo cae en la rutina. Si mantenemos la misma serie de ejercicios por demasiado tiempo, comenzamos a lograr rendimientos decrecientes: con el mismo esfuerzo obtenemos menos. Para aprovechar al máximo los beneficios del ejercicio, su cuerpo necesita cambios. Contar con diferentes tipos de ejercicios que disfruta es una estrategia para evitar el tedio y aumentar la probabilidad de hacer su ejercicio aun si horario se trastoca.

7. El sueño.

Sin sueño, nuestro cuerpo no funciona bien. Se reduce nuestra capacidad de atención, baja nuestra resistencia, y a la larga se puede afectar negativamente nuestra salud tanto física como mental. Y como es el caso de las necesidades y prácticas alimenticias, cada individuo tiene requerimientos diferentes. Con frecuencia se recomienda hacer siesta para suplir las necesidades de sueño; pero hasta ahora no es conocido a un ejecutivo de alto nivel que piense que la siesta es una buena manera de utilizar el tiempo en plena jornada de negocios, lo que convierte el tiempo adecuado de sueño nocturno de buena calidad en una prioridad mayor. Si logra dormir bien, debería resultarle fácil levantarse en la mañana, lo que es importante para muchas personas exitosas.

8. El diagnóstico

Si hay personas que dependen de usted para su subsistencia, no solo su familia si no la gente en su organización, tiene la responsabilidad de mantenerse sano. Un diagnóstico precoz es siempre la mejor garantía de un buen resultado. No se puede tratar lo que no se ha identificado. Y si usted llega a descubrir un riesgo de salud, no

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

crea que su extraordinaria habilidad para superar los obstáculos en otros campos le ayudará en este.

9. Mecanismos y equipo de apoyo.

Si necesita anteojos, consígalos y póngaselos. Si tiene dificultades auditivas, hágase una prueba y obtenga el equipo de apoyo adecuado. No hay nada heroico en no poder funcionar plenamente, por más que su orgullo le diga lo contrario. Es mejor ver y oír todo que verse bien sin enterarse de nada.

10. Apoyo social.

Si usted sabe que hay alguien esperándolo, es más difícil inventar una excusa. Parte de la constancia en cualquier práctica es conocer sus propios límites y barreras, el factor que con mayor frecuencia le impide comenzar. Si la autonomía no es suficiente, está comprobado que entrenar en grupo es más sano que hacerlo solo.

El punto clave: Mantener un buen estado de salud es crítico si le exige a su cuerpo y a su energía resultados extraordinarios. Manténgase en control de lo fundamental, genere un plan que lo apoye y tenga a la mano alternativas y planes B para aquellos días en lo que su rutina se trastoca. Establezca una disciplina diaria y un horario para las prácticas de mantenimiento e inscribas en su agenda. Consiga los seguidores y expertos que necesite para aumentar su diversión, responsabilidad y acceso al tipo de apoyo que lo mantendrá saludable, seguro y fuerte. Recuerde: ¡La salud es el fundamento sobre el cual construir el resto de su éxito!

Elabore un plan de vida

Tener un plan de vida significa una mejor oportunidad de llevar una vida plena, equilibrada y completa, llena de cosas que le interesan y lo hacen feliz. Después de todo, ¿Por qué dejar las cosas más importantes al azar? Vale la pena asegurarse de lograr aquellas que más le importan. Tener un sentido general de dirección en su vida, sino un plan detallado, es otro de los componentes esenciales del sistema de *El ejecutivo integral*.

Lo más importante del plan de vida es que provee una brújula o una serie de puntos de referencia para ayudarle a tomar decisiones y navegar por situaciones turbias en los ámbitos más importantes de su vida.

11. La alineación de metas con el cónyuge

Para dialogar sobre sus metas de largo plazo como pareja, usted y su compañero de vida necesitan haber reflexionado sobre sus aspiraciones como individuos. Es mejor reflexionar primero por separado, lo que evita la posibilidad de ponerse de acuerdo sobre algo únicamente porque su pareja lo menciona, sugiero utilizar la herramienta Rueda de la Vida como base para esta discusión.

12. El plan financiero

Para fines académicos

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Una vez que haya calculado una expectativa de vida razonable, puede establecer cuánto dinero necesitara para vivir hasta entonces con el estilo de vida deseado. Y aunque este ejercicio puede dar que pensar, es mejor hacerlo, saber y planear que ignorarlo completamente y esperar lo mejor. Recuerde, la esperanza no es una estrategia.

13. Las metas profesionales

La lección sobre los objetivos profesionales es la misma, me parece, que sobre la del plan de vida en general: hay que tener por lo menos un conjunto de pautas generales y un sentido de lo que es importante, pero permitiendo revisiones periódicas y flexibilidad para cuando se presenten oportunidades interesantes. Igualmente importante es saber lo que no funciona, poder decir “no” rápidamente produce una sensación de liberación que reduce el estrés y ahorra tiempo y energía emocional.

14. Los mentores y *coaches*

Un mentor es alguien que tiene el tipo de experiencia de la que usted puede aprender, y que está dispuesto a compartir los conocimientos adquiridos a través de la experiencia, por otro lado, un *coach*, como un entrenador, es alguien que detecta el potencial en usted y puede motivarlo a esforzarse para lograr más de lo creía posible.

El primer paso en la búsqueda de un mentor es abrirse a la posibilidad de que, independientemente de donde este usted en términos de su carrera y su vida, puede ser valioso rodearse de sabiduría y experiencia. Estar dispuesto a pedir ese apoyo es el próximo paso. Probablemente le sorprenderá la respuesta positiva; muchas personas se sienten halagadas de pensar que alguien cree que poseen sabiduría que vale la pena compartir.

Tanto los mentores como los *coaches* pueden ser recursos enormemente valiosos personal y profesionalmente, siempre que usted se abra a ese consejo y apoyo y lo aproveche.

15. La visión del estilo de vida tras la jubilación

¿Tiene una lista de cosas que hacer antes de dormir? ¿Hay lugares a donde quiere viajar y experiencias que quiere disfrutar? ¿Ha sacado la calculadora y echo las cuentas de todo lo que desea hacer? Siéntese con su cónyuge y hablen juntos de como desearían vivir “mas tarde”.

Puede ser divertido sentarse en un ambiente relajado y pensar como podría ser ese futuro. Es mejor comenzar a hablarlo temprano para mejorar las posibilidades de vivir como quieren y no de cualquier manera porque no lo pensaron en detalle.

16. Servicio social / Contribución

Aunque hay muchas causas y organizaciones meritorias en el mundo, probablemente son unas pocas las que a usted le interesan de verdad.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

En medio de la concentración en la carrera y el ascenso rápido, a veces resulta difícil hacer algo más que donar dinero; pero donar a una causa es una excelente manera de comenzar.

Tome en consideración sus intereses y habilidades naturales y asegúrese de que hay una buena correspondencia entre lo que a usted le gusta hacer y los requisitos para las actividades voluntaria que emprenda.

17. Legado / Trascendencia

El arco de la vida típico presenta parámetros convencionales de logros a lo largo de las fases ascendentes en la carrera y la familia. En un punto determinado, sin embargo, he visto muchos individuos exitosos acercarse a un punto de reflexión – una “crisis de satisfacción”, como he dado en llamarlo- en que los exitosos en sus formas exteriores pierden sentido y la “trascendencia” adquiere importancia. Es difícil servirle a los demás mientras se está aún persiguiendo el éxito propio; pero una vez logrados sus propios objetivos, a menudo se vuelve evidente que el éxito individual no basta.

18. Residencia / Geografía

Todos tenemos opciones. Cada aspecto de nuestro entorno personal nos afecta, ya sea que nos sustente o que nos desgaste

La geografía parece un tema más difícil de resolver cuando hay un problema, puede hacer un cambio si lo desea, pero debe preguntarse hasta qué punto desea ese cambio. En ese momento puede, ya sea actuar, o dejar la frustración para que no siga siendo una barrera que le impida estar a gusto donde está.

19. Los días perfectos

Su función ideal –y la vida- le brindaran la oportunidad de hacer mucho de lo que sabe hacer bien, y le permitirán rodearse de personas que hacen bien las otras cosas. No que usted no deba desarrollar habilidades nuevas, creer y aprender cosas nuevas, por supuesto que sí. Peor si un día típico suyo le exige que pase mucho tiempo haciendo cosas que no hace bien o no disfruta, es probable que se quede con una sensación de malestar o insatisfacción que podría evitarse.

20. El testamento y el legado

El hecho es que, sin importar su edad, sin importar si tiene docenas de personas a su cargo o ninguna, es la responsabilidad fundamental de un adulto o una necesidad legal hacer un testamento. No hacerlo puede ser un gran dolor de cabeza para los que se quedan cuando usted falte.

La elaboración de un testamento no tiene que ser complicada o costosa. La parte más difícil es hacer frente a la idea de que usted va a morir algún día. Una vez que se enfrente a su propia mortalidad y emprenda una conversación con su cónyuge o compañero sobre cómo organizarse, tendrá una sensación de alivio.

El punto clave

Para fines académicos

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Si está usted decidido a lograr algo específico en su vida, es casi seguro que lo hará más fácilmente si cuenta con un plan. Como dice el refrán del viejo carpintero, “mida dos veces y corte una sola”. Tener un plan aumentará sus posibilidades de vivir una vida gratificante y contribuirá a logro de sus sueños más preciados.

Invierta en las relaciones

Las relaciones, y la capacidad de forjarlas y mantenerlas, pueden significar el fracaso o el éxito de una carrera o una vida, por lo que esta categoría tiene gran importancia para el *ejecutivo integral*. La capacidad de construir y mantener relaciones en todas las esferas de la vida es un componente importante de este modelo de éxito.

Su comportamiento en las relaciones puede trascender los límites de la relación misma y –con frecuencia ocurre– afectar su reputación personal, para bien o para mal.

21. La relación principal

Hay muchas salas de juntas en que la evaluación de los candidatos para los logros ejecutivos incluyen una discusión sobre si el candidato tiene una vida personal “estable”; esa estabilidad suele entenderse como una manifestación la madurez personal y confiabilidad que se requiere para un cargo de liderazgo.

Pero aunque una excelente relación y un cónyuge solidario pueden ser enormemente valiosos tanto personal como profesionalmente, la intención detrás de este criterio no es que usted tiene que estar organizado y en familia antes de poder acceder a una posición de liderazgo. Su felicidad y estabilidad son los criterios más importantes. Más vale soltero y feliz que casado y frustrado.

22. Los hijos

Si usted tiene hijos, podrá dar fe que la relación padres-hijos pasa por las buenas y las malas y que a veces es increíble difícil y conflictiva. Sin importar su edad, los hijos pueden ser la fuente tanto de enorme alegría como de tremenda frustración y tristeza. Si usted permite que un conflicto se prolongue en el tiempo, le puede generar un agotamiento de energía emocional tal que podría repercutir en otras áreas de su vida, como su trabajo. Así que el mensaje de este acápite es trabajar duro para que las relaciones, hasta las más conflictivas, sean tan buenas como pueden serlo.

23. La familia extensa

Nadie escoge a su familia y a veces las relaciones familiares se dañan irreparablemente. Si este es su caso, es de crucial importancia que usted se libere, que haga todo lo posible en términos de trabajo personal para estar en paz con las realidades de sus relaciones familiares. Pero la familia puede ser también fuente de enorme felicidad y energía positiva, por lo que vale la pena invertir en sus relaciones familiares para llevarlas de la manera más positiva posible.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Si tiene excelentes relaciones con su familia extensa, asegúrese de darse tiempo para disfrutarlas con regularidad, pues la conexión con las personas que lo aman y mejor lo conocen pueden ser un maravilloso influjo de energía positiva.

24. Los vecinos

Muéstreme un mal vecino y le mostrare alguien con quien es difícil trabajar. La manera como nos comportamos en nuestras horas libres es un reflejo de cómo somos como personas.

No hay que subestimar el impacto potencial de la opinión de sus vecinos en la esfera profesional. En mi calle viven personas con solo un grado de separación de algunos de mis mayores clientes. Así que no hay que quemar ningún puente.

25. La comunidad

Pertenecer a un grupo o comunidad nos da un sentido de identidad. Nos ayuda a comprender quienes somos y permite sentirnos parte de algo más amplio que nosotros mismos. Poco importa cómo y con quien se sienta en comunidad: el objetivo es involucrarse y conectarse.

26. Los competidores

Preferir el camino más noble es algo que puede generar enorme respeto.

A menudo surgen asuntos que afectan toda una industria o un sector económico y que requieren de dialogo y colaboración para resolverse; y si usted tiene una relación cordial con sus competidores, tendrá mejores elementos para participar en tales discusiones.

27. Los pares

Como líder, es importante que se asegure de crear un entorno laboral en que los empleados crean que pueden confiar en sus compañeros de trabajo. Su capacidad de hacerlo depende en parte de la manera como usted ejemplariza ese papel en su organización; es decir, si usted mismo tiene relación con sus pares.

28. Los subalternos directos

La mayoría de las personas no necesitan más que saber que hay alguien que se preocupa por ellas y que se interesa por saber quiénes son.

Una pequeña inversión de tiempo y atención puede ser suficiente para motivar un excelente rendimiento, si es lo que estas personas necesitan.

29. Los amigos

Es muy valioso tener personas en su vida que lo conocieron “en aquellos tiempos”. Es algo especial otra con personas con las que puede hablar sin preocuparse de lo que pensarán de usted. Si las tiene, maravilloso. Cuídelas.

30. La junta directiva

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Generalmente los miembros de la junta se seleccionan por la diversidad de su experiencia y antecedentes, lo que por definición significa que usted puede no estar de acuerdo con cada uno de ellos. A pesar de las diferencias que tenga con ellos, los miembros de su junta son personas valiosas que merecen su respeto, cultivar una relación con cada uno de ellos le permitirá tener una mejor comprensión de lo que es importante para ellos y lo que les preocupa.

El punto clave

Las buenas relaciones no surgen así como así. Requiere esfuerzo y destreza desarrollarlas y mantenerlas. Las relaciones personales satisfactorias pueden aportar un valioso cimiento de fortaleza y energía positiva que lo sostenga en momentos de tensión de carácter profesional. La capacidad de construir relaciones personales fuertes se transfiere al mundo del trabajo, permitiéndole trabajar con personas en las que confía y confiar en las personas con quienes trabaja.

Sea un verdadero líder

Cuanto más alto sea el lugar que alcance en la organización, más personas lo estarán observando. En la medida en que usted vaya asumiendo funciones de liderazgo de mayor escala y envergadura, es importante que piense con cuidado sobre la imagen que proyecta y lo que la gente puede estar descubriendo con solo observarlo.

El proceso de forjar su propia marca e imagen ideal de liderazgo comienza con el conocimiento de sí mismo y la voluntad de aceptar la retroalimentación.

31. La filosofía del liderazgo

Subyace al estilo una serie de creencias que usted incorpora en el enfoque del liderazgo. De nuevo, la coherencia es crítica para que su organización sea cuales son las reglas. Sus decisiones pueden llegar a ser casi predecibles si su sistema de creencias y sus objetivos empresariales son transparentes y consistentes.

Aunque es importante tener un enfoque del liderazgo confiable y evidente, también lo es un aprendizaje constante de nuevas ideas sobre el liderazgo y la incorporación de prácticas útiles en su enfoque.

32. Examen de desempeño y retroalimentación de 360° grados

Para asegurarse de seguir creciendo y mejorando, usted debe solicitar activamente la retroalimentación de otros. Un proceso de evaluación de 360° grados es enormemente valioso, ya sea que se realice a través de una entrevista por un tercero o con un cuestionario anónimo. Pedirles a sus subordinados y a los que le rodean a nivel de pares y superior su opinión sobre sus fortalezas y áreas por desarrollar puede brindarle poderosas percepciones que usted no podría obtener de otra manera.

Al igual que la retroalimentación de 360°, en los niveles más altos de jerarquía un examen de desempeño solo debe realizarse si usted lo solicita. Y usted debe solicitarlo por lo menos una vez al año.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

33. Los valores y practicar lo que se predica

Si los líderes parecen estar actuando según un conjunto de valores diferente al que esperan de sus empleados, los resentimientos se acumulan rápidamente y la lealtad se evapora. Pero si existe la voluntad de abrirse a los cuestionamientos, lo que parece un asunto de integridad puede convertirse en una plataforma para la participación y la confianza.

34. Las competencias esenciales

La mayoría de las organizaciones tienen una descripción de los comportamientos que los empleados deben demostrar para que la empresa sea exitosa, si su organización no la tiene, ahí hay algo que corregir. Esa descripción, llamada modelo de competencias, resume lo que los miembros de su organización deben saber y hacer para ser exitosos en su entorno y circunstancias empresariales específicos.

35. Las aptitudes “blandas”

Las destrezas blandas son aquellas necesarias para crear relaciones y trabajar eficazmente con otras personas e incluyen las aptitudes de comunicación, el manejo de conflictos, la negociación, la resolución creativa de problemas, el pensamiento estratégico, la formación de equipos, la influencia y la persuasión.

El líder más versátil es aquel que puede utilizar sus habilidades de relacionamiento para conducir un equipo al logro de resultados sin importar en que industria o función se encuentre.

Aunque todas las aptitudes blandas son importantes, la voluntad y la capacidad de escuchar e, a mi modo de ver, la más importante de todas.

La capacidad de aceptar retroalimentación con gentileza y darla con claridad y tacto es una habilidad muy poco común que puede diferenciarlo a usted de sus pares.

36. Las expectativas en materia de desempeño y conducta

Es buena idea elaborar y desplegar una descripción de los comportamientos aceptables y no aceptables, ya sea en un folleto detallado y en color o en afiche en la pared. Lo que generalmente se le llama “código de conducta” consiste en pautas de comportamiento que deben redactarse en un lenguaje sencillo, sin jerga, y deben describir las responsabilidades y lo que se espera de cada empleado en lo que concierne a sus colegas, clientes, la comunidad en su entorno y otros interesados relevantes.

Lo importante es que usted haga algo por educar a sus equipos de trabajo en lugar de simplemente distribuir un documento y asumir que ha sido leído y asumido por todos.

Antes de lanzarse a decirles a todos lo que espera de ellos, asegúrese de que sus sistemas y procesos estén alineados con lo que usted este comunicando.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

37. La innovación y la creatividad

Si usted piensa dirigir una empresa hacia el futuro y adaptarse al cambio cuando ocurre –o anticiparlo- es de vital importancia crear un clima en que la innovación y la creatividad son bienvenidas.

La creatividad expande los límites y explora territorios desconocidos. Se requiere coraje para acoger de verdad las nuevas ideas e intentar cosas que no se han hecho nunca; pero la idea de un posible fracaso contradice la cultura del desempeño que prevalece en la mayoría de las organizaciones hoy en día. Y usted mismo debe sentirse cómodo con el fracaso antes de poder darle ejemplo a su equipo sobre el coraje de innovar.

Una vez que haya creado un ambiente en el que se permite fallar, usted puede tratar de cultivar la creatividad. Y divertirse un poco puede ser una manera fácil de despertar la vena creativa; casi todos somos más creativos cuando estamos divirtiéndonos.

38. La síntesis

Es a la habilidad de tomar distancia y analizar las situaciones con un enfoque amplio y global, de tal manera que puedan observarse interacciones entre elementos separados y aparentemente sin relación y pueden surgir soluciones a largo plazo. Si usted tiene a capacidad de sintetizar información y percibir patrones, es capaz de diseñar estrategias a largo plazo, una habilidad crítica para los líderes de alto nivel.

39. La presentación personal y las habilidades de comunicación

Los atributos superficiales de la apariencia y el comportamiento pueden transmitir información sobre lo que usted espera. Igualmente, pueden ser una manera de construir relaciones y derribar barreras.

Usted debe saber que todos a su alrededor están observando y evaluando la manera como se presenta y el tipo de entorno que está creando, y en esta medida están llegando a conclusiones.

En la medida en que asciende en la jerarquía y asume mayores responsabilidades, encontrará que las habilidades de presentación y expresión en público adquieren una mayor importancia.

40. La historia personal

Todo estilo de liderazgo se construye sobre ciertos cimientos. Su historia de éxito personal puede constituir esos cimientos. Es por eso que resulta tan importante y útil reflexionar sobre esa historia antes de que le pidan que la comparta, para prepararse y tocar los puntos más importantes. Piense en su historia de vez en cuando y asegúrese de que cumpla con los objetivos deseados.

El punto clave

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Los buenos líderes demuestran claridad, consistencia y concentración, comenzando por sus propios comportamientos y creencias. Tome en consideración todas las oportunidades de contacto e impacto que tiene y piense en lo importante que es elaborar cada uno de los mensajes que transmite de tal manera que genere la impresión deseada. Resista la tentación de volver a sus viejos hábitos y comportamientos. Aunque este bien ser humano, no está bien permitir que un impulso o unas palabras mal seleccionadas arruinen su credibilidad.

Establezca lo fundamental en su empresa

Vale recordar las prácticas y disciplinas básicas de los negocios al hablar de cómo tener éxito de una manera holística e integral.

41. La visión

Una “visión” es un estado del mundo futuro deseado, que no existe aún. Es algo grande, más grande que una persona o empresa, y por lo tanto ningún individuo puede lograrlo trabajando independientemente.

Si su empresa tiene una visión clara de un futuro estado utópico del mundo, es fácil para sus empleados compartirla; o al contrario, saber con seguridad que no es lo que quieren apoyar ni en lo quieren participar.

La clave es establecer una visión con la cual los empleados de cualquier nivel en la organización puedan identificarse y entusiasmarse. Una vez establecida, sin embargo, el próximo paso –aún más importante- es asegurarse de que cada empleado la conozca y la entienda.

En realidad, el desempeño de su empresa es más consistente y más sostenible si todos los empleados a todos los niveles les practican con convicción lo que se les predica.

42. La misión

Una vez que se ha articulado la visión, su organización debe tener claro exactamente cuál será su papel en el logro de esa visión.

Toda organización tiene unas cuantas cosas claves que sabe hacer muy bien, ojala mejor que cualquiera de sus competidores cercanos. Usted y su equipo de trabajo serán los más exitosos si se enfocan en lo que mejor hacen; y si su enfoque se puede resumir en una sola declaración, es muy probable que haya descubierto algo importante. El enunciado de misión ideal es muy sencillo y describe su compañía en su esencia; lo que usted hace mejor que cualquiera, aquello por lo cual usted quiere que se le reconozca. Debe identificar su público objetivo primario, especificar el servicio o producto que usted provee a ese público objetivo y describir en que es única esa oferta o combinación de ofertas. Su enunciado de misión les ayuda tanto a sus clientes como a sus empleados a comprender qué tipo de actividad desarrolla y crea un conjunto de criterios para la toma de decisiones.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Es crítico que cada empleado o miembro del equipo contextualice su propio papel y su contribución específica en términos de la misión de la empresa.

43. El plan estratégico

El plan estratégico es el mapa, el conjunto de direcciones que le ayuda la organización a orientarse, a prioriza y a tomar decisiones sobre los cursos.

El plan estratégico refleja la visión, la misión y los valores de la empresa y esboza la ruta hacia el objetivo empresarial a largo plazo con base en esos elementos centrales.

Un análisis DOFA (debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas) puede aportar por lo menos el fundamento preliminar para la discusión estratégica.

44. Las metas y los objetivos quincenales

Las medidas de éxito a largo plazo, junto a la estrategia, pueden asegurar que la empresa este bien encarrilada a pesar de las aberraciones a corto plazo.

Usted puede percibir la necesidad de hacerle ajustes esporádicos a sus planes para mantenerse bien encaminado hacia sus objetivos a largo plazo.

Si usted reacciona frente a cualquier variación en el mercado, estará usando los recursos de la compañía de manera ineficiente, para no mencionar que confundirá a sus equipos con los constantes cambios de dirección.

45. El plan operativo anual

El paso lógico que sigue a un plan estratégico es un plan operativo que especifica las tuercas y tornillos necesarios para lograr la porción del plan estratégico por ejecutar ese año. El plan operativo identifica el presupuesto y los recursos requeridos – y a menudo es la base de solicitudes de fondo- para cumplir con los objetivos del año. Un buen plan operativo describe las actividades que se emprenderán y el desglose de los fondos que se requieren para cada una de esas actividades. Aporta un vínculo entre el plan estratégico, mas conceptual y de mayor nivel, y los detalles prácticos de lo que la unidad operativa realiza en el día a día o de semana a semana a lo largo del año.

Un plan operativo completo incluye los objetivos a un año, las actividades destinadas a lograr esos objetivos, el cronograma de actividades, los requerimientos de personal y las indicaciones de éxito.

46. La evaluación de talentos y el plan de sucesión

La evaluación de talentos es el corazón de su estratégico de manejo de personal, es una revisión periódica –idealmente anual- del personal disponible, lo que cada empleado sabe hacer, cuales son las áreas de desarrollo de cada uno y donde hay brechas, todo ello en el contexto de una estrategia empresarial y un plan operativo.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Una de las características distintivas de un buen líder es su habilidad de contratar y desarrollar talentos de tal manera que la reserva potencial de talento equivalga a, o exceda, las capacidades propias del líder.

Las estrategias de gestión de talentos verdaderamente progresistas incluyen la comprensión de cómo debe abordarse la diversidad, y son claras en que una fuerza de trabajo diversa constituye una ventaja en términos empresariales y de competitividad.

47. Indicadores de éxito

El compromiso del personal, la satisfacción de los clientes, el precio de las acciones, todos son indicadores, más allá de los ingresos y la participación en el mercado, que pueden medir el éxito empresarial, y todos son medidores relevantes de aspectos del negocio que tienen impacto en el éxito general.

48. El plan de gestión de crisis

Un plan de gestión de crisis es el equivalente corporativo de un seguro y un testamento. Las reputaciones se construyen y se destruyen con base en la respuesta a la crisis. Su organización debe contar con planes escritos y personas clave informadas sobre su papel en caso de sufrir una crisis.

49. El plan corporativo de responsabilidad social

Hoy en día, los consumidores toman decisiones con base en su percepción de la integridad de las compañías a las cuales le compran. La responsabilidad social corporativa comienza con los fundamentos de cómo su organización conduce su práctica empresarial cotidiana. Según el bloguero y consultor sobre la RSC Mallen Baker (mallenbaker.net), la RSC tiene que ver con la manera como las compañías gestionan sus procesos corporativos para generar un impacto general positivo en la sociedad.

50. El plan tecnológico

Un plan tecnológico, como un plan de gestión de talentos, debe ser un componente de su plan estratégico a largo plazo, y los elementos específicos para el año siguiente deben ser parte del plan operativo.

El hecho es que la tecnología, bien planeada y bien utilizada, puede aportar herramientas maravillosas para apoyar la productividad, para conectarse con los clientes, para la contratación y para casi cada aspecto de la empresa. El plan tecnológico establece una posición claramente definida sobre el papel que juega la tecnología en el plan estratégico y cómo se le van a asignar recursos.

El punto clave

Los temas en este capítulo presentan algunos de los elementos de estrategia y procesos fundamentales para cualquier equipo de trabajo u organización bien manejados, y le incumbe a usted como líder crearlos o asegurarse de que estén en su sitio. La mayoría de las organizaciones grandes ya cuentan con ello. Si la suya

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

es una organización en ascenso, nunca es tarde para comenzar en poner en práctica muchos de estos procesos a pequeña escala al interior del equipo de trabajo que tiene a su cargo. Si es el caso, tenga presente las estrategias y los planes generales de la empresa y asegúrese de cualquier cosa que usted desarrolle en su área de responsabilidad se desprenda lógicamente de los planes desarrollados a los más altos niveles. Lo que necesita para avanzar hacia arriba son la alineación con la estrategia general, y una planeación y ejecución impecables de los imperativos empresariales.

Asuma el control de su carrera

Una excelente carrera, en armonía con sus objetivos personales y fuente de satisfacción a cada nivel, no llega así no más. Requiere de reflexión y planeación, evaluación y revisión, contexto y perspectiva. También requiere apertura antes las oportunidades, la voluntad de dar pasos estratégicos y la comprensión de cuanto es apropiado arriesgarse al servicio d un objetivo de largo aliento. La conciencia de sí mismo es crítica, como también lo son la apertura ante la retroalimentación y la capacidad de aprender de los demás y de la adversidad.

51. El plan de carrera

Tener un plan de carrera significa que usted tiene una plantilla general con base en la cual tomar decisiones y actuar. La idea es contar con un plan de acción –un mapa para su carrera- que incluya su meta final con hitos y mojones a lo largo del camino; pero se puede llegar a la meta por diferentes rutas.

52. Alineación de las metas personales/profesionales

Un plan de carrera no es un plan de vida. La carrera es una pieza del rompecabezas, una pieza importante, ciertamente, pero es solo una. Resulta fácil tomar decisiones importantes en materia de carrera si estas se alinean bien con su plan de vida.

53. La pasión por la empresa

Como ejecutivo de primer nivel, usted es el representante más visible del producto o servicio que brinda su compañía. Si no le apasiona y no cree en él lo suficiente para convencer a todo el mundo, quizá usted esté en el lugar equivocado.

Las mejores decisiones profesionales se toman con una combinación de cabeza y corazón (o vísceras, o la parte del cuerpo que I hable). Si un empleo le parece, según su lógica, el más adecuado, pero no le genera una emoción visceral, probablemente no será un trabajo que realice con pasión.

54. La hoja de la vida

Es un documento de mercadeo, ya sea que este tanteando el terreno laboral, candidateándose para miembro de un junta o simplemente asegurándose de que los archivos de su empresa estén al día.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Una hoja de vida solida se abre con un párrafo de resumen que describe quien es usted como líder empresarial. Después de este resumen viene una lista de sus logros más importantes, en la que se debe usar un lenguaje activo y medidas si las hay. Aun si usted permanece en el mismo empleo año tras año, debe actualizar sus logros anualmente para que el documento siempre este al día.

No importa que tan exitoso sea, el mundo de los negocios es impredecible y todo ejecutivo es prescindible. Que no lo tomen por sorpresa.

55. El salario y el valor en el mercado

La remuneración se basa en el alcance, la escala, la geografía, la complejidad, el riesgo, la antigüedad, la experiencia y muchos otros factores.

Es importante que el dinero no sea un tema; sus sentimientos sobre lo que le pagan nunca debe prevalecer por encima de sus sentimientos en cuanto a si disfruta su trabajo o no. Su remuneración debe ser justa y en concordancia con el mercado. Si usted tiene el mas mínimo resentimiento en cuanto a como lo están tratando, ese resentimiento puede influir en la manera cómo percibe otros retos de su cargo.

56. Conexiones con los reclutadores

Son excelentes fuentes de ideas y pueden ser maravillosos enlaces con las oportunidades. Su divisa es la información, por lo que, si puede colaborarles cuando llamen, usted estará en su lista de contactos cuando se les presente alguna oportunidad dorada.

Si aún no tiene conexiones con los reclutadores, vale la pena establecer algunos. Cuando reciba una llamada, aclare que usted no está buscando activamente pero que si desea establecer algunas relaciones. Los buscadores experimentados saben que solo generar y mantener los contactos resulta valioso.

57. Las lecciones de la adversidad

Su capacidad de interpretar sus experiencias negativas como momento de aprendizaje le permitirá compartirlas con otros como historias educativas.

58. El “discurso para el ascensor”

Siempre debe estar preparado para aprovechar cualquier oportunidad de relacionarse con nuevos contactos, y a estos le interesa mantener la relación si usted no los aburre a morir en el primer encuentro. Le puede ser útil tener una lista de declaración resumida.

59. El inventario de capacidades

Hay una línea tenue entre la confianza y la arrogancia. La arrogancia se reduce a muchos destellos y poca sustancia. La confianza indica que usted tiene claro el valor que ofrece y el impacto positivo que puede tener en la organización.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Reflexione sobre sus logros, tanto en su carrera como en su vida personal. Dese tiempo de elaborar un listado de todas las cosas que usted hace bien en un lenguaje fácilmente transmisible.

Su objetivo aquí es definir, cada vez que pueda, su propia originalidad y transmitirle un mensaje de aspiración al siguiente nivel de su equipo.

60. El modelo a imitar

Saber a quién respeta y qué compañías están generando excelente resultados puede aportarle ejemplos que le inspiren en su actual rol y organización. Por otra parte, su selección de modelos a imitar y ejemplos de excelencia en el liderazgo puede ser seleccionadora para las personas de su organización, ayudándoles a comprender lo que usted esta tratando de crear. Cuanto más pronto elabore la lista de personas que admira, más posibilidades tiene de que usted pueda conectarse o ellas en el transcurso de su carrera.

El punto clave

No asuma nunca que su carrera va a progresar sola. Si usted está preparado para aprovechar cualquier oportunidad que surja, y si toma sus decisiones con base en una estrategia bien pensada, abriéndose ante posibilidades inesperadas y emocionantes, estará en condiciones de lograr todo aquello que le sea importante.

Construya una red valiosa

Contar con una red de contactos (having a network) no es lo mismo que buscar contactos (networking). Es de vital importancia concentrarse en construir su principal activo de negocios, su red de contactos. Construir una red de contactos fuerte y valiosa requiere constante esfuerzo y atención, y es un proceso permanente, que no para.

Las personas en su red provienen de cada faceta de su vida: cada colega con quien haya trabajado, cada amigo y cada vecino que haya conocido. Nunca se sabe si un contacto en su red puede conducir a otro contacto útil, generando un valor potencial importante para su futuro en los negocios.

Contribuir a su red es lo que la fortalece. Si usted solo saca de la red, ésta siempre será demasiado débil para apoyarlo cuando lo necesite. Una red fuerte depende de dar y recibir.

61. Las herramientas

Con más de 135 millones de usuarios en más de 200 países alrededor del mundo, LinkedIn es una de las herramientas profesionales más poderosas que existen. Esta plataforma social le facilita encontrar personas con los conocimientos o la experiencia a los cuales usted dese a tener acceso.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Cuando elabore su perfil de LinkedIn, piense en la imagen que desea crear y en el tipo de mensajes que quiere que la red reciba.

Muchos usan Twitter para llegar a las comunidades de negocios y pedir información y recursos. Si los agentes clave de su industria lo utilizan, asegúrese de hacerlo usted también.

62. La asociación de exalumnos

La mayoría de las personas que estudiaron en una escuela de negocios comprende que es útil mantener el contacto, pues nunca se saben hasta donde llegaran sus antiguos compañeros y como sus carreras y la suya podrían coincidir en beneficio mutuo.

Cuando llegue a cierto nivel de visibilidad y de éxito, su alma mater querrá destacarlo como recurso o invitarlo a dictar una conferencia o dar una clase. Esta es una gran oportunidad para devolver algo de lo recibido y adquirir mayor visibilidad como conferencista en algún evento o en una ceremonia de grado.

63. Las asociaciones profesionales

Los grupos profesionales le brindan una oportunidad de mantener vigentes sus capacidades y de buscar desarrollarlas y mejorarlas continuamente. Las conferencias anuales pueden ser ocasiones para conectarse con personas que usted ya conoce, así como para conocer nuevos miembros de su profesión.

Igualmente, los eventos y las publicaciones personales lo mantienen conectado con personas afines en ámbitos de interés para usted, y le permiten enterarse de prácticas de última generación.

64. Los almuerzos / Las reuniones informales

Las reuniones informales son el lugar donde las relaciones se construyen; sin embargo, recomiendo cautela al aceptar demasiadas invitaciones que no son de mayor provecho.

En el caso de las relaciones que usted valora realmente y desea desarrollar, asegúrese de salir al mundo y pasar tiempo con esas personas.

65. las presentaciones y las recomendaciones

Cuanto más fuerte se a su red, más personas van a desear aprovecharla. Su reputación tiene una estrecha relación con la manera como utiliza las presentaciones y no debe arriesgar perjudicarla. Piénselo dos veces antes de presentar a personas que no conoce, a no ser que le hayan sido recomendadas por alguien que usted conoce y respeta.

66. La capacidad de respuesta a las solicitudes

Mantenga vigentes sus criterios y sepa quiénes son las personas en su círculo más cercano que reciben la respuesta as rápida de su parte.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

67. Las solicitudes de información o de recursos

Su red es un recurso, y usted también puede aprovecharlo. Si necesita algo, no dude en echar mano a su red y solicitarlo. Si usted ha contribuido regularmente como recurso para los demás, no hay razón de pedir ayuda.

68. El mantenimiento

Sin importar que método prefiera, conéctese de manera regular. Se trata de “regar su huerto” de relaciones.

69. Las membresías en clubes

Si usted logra combinar la práctica de una actividad que disfruta con la oportunidad de conocer personas interesantes y potenciales sutiles, estará cosechando los beneficios de lo mejor de dos mundos. Pero no se afilie a un club solo para conocer a sus miembros. Es fácil detectar a alguien que tiene su propia agenda diferente a la del pasatiempo que apasiona a los otros miembros, y pronto perderá credibilidad.

70. La gestión de redes

Con base en su plan empresarial y sus objetivos profesionales, ¿Qué más necesita incluir en su red? Planear la expansión de su red en un enfoque mucho más estratégico e intencional que lo que la mayoría de la gente asume. El hecho es que su red es más valiosa cuando usted la usa tanto para apoyar sus negocios actuales como para ayudarle a enfocar sus objetivos profesionales futuros.

Si hacer mantenimiento significa regar su huerto, entonces el proceso de descarte busca remover la maleza.

La idea es asegurarse de que haya una razón de tener en su red a cada una de las personas que actualmente la componen, de la misma manera como usted quiere merecerse continuamente un lugar en las redes de las otras personas.

El punto clave

Su red, como cualquier otro activo, requiere de atención y mantenimiento para que su valor crezca. Cuidela, manéjala estratégicamente, sea generoso con sus recursos, y le servirá bien a lo largo de toda su carrera.

Sea un aprendiz toda su vida

Nunca conocí un líder con una gran visión que no tuviera también un gran compromiso con su propio desarrollo. Los líderes sobresalientes saben que la mejor manera de mantenerse vitales es constantemente buscar conocimiento y nuevas ideas.

Enfocar su propio crecimiento garantiza que tendrá un juego de herramientas en continuo aumento, con el cual podrá resolver problemas, construir relaciones y generar nuevas ideas. Los nuevos estímulos –ya sea que vengan de otras

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

personas, libros, cursos, conversaciones o experiencias- mejoran sus procesos mentales. Las nuevas ideas, en cualquier forma, le ayudan a mantener su grandeza y a permanecer creativo.

71. Las noticias diarias

Se espera que aquellos que ostentan posiciones de liderazgo tengan un sentido de lo que pasa en el mundo más allá de lo inmediato. Y, dado el papel de embajadores que asumen los líderes empresariales, con frecuencia se encontrará usted en situaciones en que tenga que dialogar con personas con antecedentes e intereses muy diferentes. Por lo tanto, resulta práctico y útil tener algunos conocimientos de lo que ocurre en el resto del mundo.

Adquiera algunos hábitos que le ayuden a mantenerse al día.

72. La lectura

Para mantenerse al día sobre el pensamiento actual con relación a su papel y sus responsabilidades, puede ser útil el generar el hábito de consumir con regularidad nuevas ideas sobre el liderazgo, la motivación, el comportamiento humano y el pensamiento empresarial. No importa lo que escoja, la lectura le ayuda a expandir su vocabulario, a mejorar su concentración y capacidad de razonamiento y reduce el estrés.

73. Priorice los temas

La idea aquí es centrarse. Por todas partes hay información e ideas. Los líderes que tienen la mentalidad deseosa de aprender y que constantemente se exponen a nuevas ideas están fortaleciendo su base de conocimientos, pero también se abren a las distracciones y a la dispersión.

Utilice una herramienta como Google Alerts para enfocar cinco temas clave a los que quiere hacerles seguimiento.

Pasar por encima es útil si eso le importa un repertorio de temas de conversación sobre una amplia variedad de cosas; pero asegúrese de sumergirse más profundamente en sus temas prioritarios antes de permitirse pasar por la superficie en otros.

74. El clima de negocios actual

Hay cosas clave sobre las cuales desea estar enterado.

Tómese el tiempo de mantenerse informado, pues es la única manera de enterarse de ciertas cosas que podrían impactar su negocio a largo plazo.

75. La apertura de nuevas ideas

La apertura de espíritu es una opción consciente; tiene que ver con no aferrarse a su propia agenda y a sus propias ideas. Usted está en una posición de liderazgo porque tiene una visión y un buen juicio sobre cómo avanzar; pero si la única visión que toma en consideración es la propia, muy probablemente no avanzara tan

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

rápidamente como si se beneficia de la sinergia que se genera cuando varias personas aportan a una solución.

76. El plan de desarrollo

Como líderes necesitamos conciencia propia y la voluntad de admitir que no somos perfectos. Una de las funciones más importantes de un líder es la de ser un ejemplo; si usted sabe que en su caja de herramientas de liderazgo hay una destreza o competencia que no está bien desarrollada, sea honesto en cuanto a sus esfuerzos por mejorar. Esto no lo convertirá en un mejor líder, pero si será un buen ejemplo para otros en su organización.

77. La educación continuada

Aprender de los expertos en un entorno diseñado para ese fin siempre puede dar lugar a nuevas ideas. Participar en un contexto de aprendizaje formar tiene que ver solo en parte con quien esté al frente del salón. También tiene que ver con los asistentes: se puede aprender igual de los participantes en un contexto educativo como del curriculum del conferencista.

78. Las aptitudes complementarias

Para asegurarse de contar con un equipo de trabajo equilibrado en torno suyo, inclúyase en la evaluación de las aptitudes del equipo, contrate personas con distintos estilos de liderazgo y personalidades, antecedentes funcionales, destrezas, fortalezas y áreas por desarrollar.

79. Los recursos especializados

Aun cuando se trata de cosas que usted sabe hacer y hace todos los días, vale la pena un poco de atención experta de vez en cuando. Casi todos los golfistas que conozco toman por lo menos una clase cada temporada, simplemente para que un profesional revise su balanceo y les diga como corregirlo para lograr un mejor resultado.

80. El grupo creativo (Mastermind Group)

Si se conforma y se utiliza adecuadamente, un grupo creativo puede ser maravilloso recurso, pues le añade la fuerza de varios poderosos cerebros a su empresa y al mismo tiempo le brinda la oportunidad de aportarles a los demás. Este proceso fortalece sus destrezas en resolución de problemas y pensamiento creativo.

Al conformar su propio grupo creativo, mantenga el número reducido y busque miembros que estén igual de comprometidos que usted con su propio crecimiento personal y empresarial, necesita poder confiar en quienes escoja, pero, aun si es el caso, es deseable contar con un acuerdo mutuo de confidencialidad.

El punto clave

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

En un momento en que el mundo de los negocios y el entorno mundial están cambiando a la velocidad de la luz, su organización tiene que estar en capacidad de aprender y adaptarse con rapidez. Uno de los aspectos clave para crear una organización que aprende es que se sepa que sus líderes estudian. Establezca algunas prácticas fáciles y regulares para asegurarse de siempre elevar su propio listo y progresar en su propio desarrollo, dando un buen ejemplo a los que lo rodean.

¡Diviértase un poco!

81. Los pasatiempos

Nadie dice que un pasatiempo tiene que requerir mucho tiempo. De hecho, sugiero escoger pasatiempos que puedan practicarse en periodos cortos, si es posible. Como alternativa, seleccione un pasatiempo que pueda practicar en vacaciones o fines de semana, y en que usted tenga el control del horario, anticipando ampliar su importancia en su vida posteriormente cuando tenga más tiempo.

82. Las actividades sociales

La variedad en sus actividades sociales es la chispa de la vida.

Si pasa su tiempo libre con personas ajenas a su círculo profesional, probablemente aprenderá cosas nuevas, además de ofrecerles a sus seres queridos una oportunidad de pasar tiempo por fuera de contextos relacionados con la empresa.

Además, los nuevos estímulos podrían producir una chispa en su pensamiento creativo que puede aplicar a su trabajo.

83. El romance

Una relación que se descuida no sobrevive. El hecho es que los líderes más exitosos dependen del apoyo de sus cónyuges, tanto personal como profesionalmente, y atestiguan que es más fácil para ellos ser quienes deben ser con una pareja que los apoya. Pero la pareja comprensiva no podrá –y quizás no querrá- continuar dándole ese apoyo si usted no le da tiempo y atención a la relación.

No hay un solo conjunto de reglas en esta tarea. El principio general es no asumir que sabe lo que su pareja quiere. Es mejor preguntarle y hacer sus planes con base en algo que con seguridad hará sentir a su cónyuge que se le valora. Una excelente relación no surge así no más, y puede ser una enorme fuente de felicidad, para no mencionar un activo profesional maravilloso.

84. Los viajes

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

En este caso el principio no es que usted necesite viajar, sino que si viaja es algo que quiere hacer, debe elaborar un plan para no esperar hasta ese “más tarde” esquivo para ver las partes del mundo que le gustaría visitar.

85. La risa y el juego

La risa trae muchos beneficios, y todos ellos combaten el estrés. La risa fortalece el sistema inmunológico, baja las hormonas del estrés y relaja los músculos. Reduce el temor y la ansiedad y realza la resistencia. Lo que es mejor aún, si usted se ríe de alguien, se forma una conexión, y la conectividad social nos hace bien.

86. El afecto

En el caso de las personas muy importantes en su vida, la comprensión que tiene de lo importantes que son para usted se relaciona directamente con si usted habla su lenguaje –y no el suyo propio- cuando expresa afecto.

87. El entrenamiento cerebral

Varios estudios en curso han concluido que, mientras envejecemos, podemos preservar y hasta aumentar la actividad mental participando con regularidad en actividades que estimulan el cerebro de maneras específicas.

El principio es asegurarse de desafiar su cerebro. Si ostenta un cargo de gran responsabilidad y se espera de usted que tome decisiones de peso y analice muchos datos, es de suma importancia mantenerse agudo mentalmente.

88. Apertura a nuevas experiencias

Mantenerse abierto a las nuevas experiencias, hasta el simple hecho de ensayar un restaurante nuevo, hará de usted una persona más interesante y el tiempo con usted más relajante.

89. La espontaneidad

La vida no siempre es predecible ni estructurada. A veces es desordenada. Si todo en su día y en su vida es organizado y pulcro, podría estarse perdiendo de algunas oportunidades de aprender y divertirse.

90. La actitud positiva

La mundialmente reconocida investigadora en psicología positiva, la doctora Barbara Fredrickson, descubrió que experimentar emociones es una proporción de tres emociones a una negativa cada día conduce a las personas a un punto de inflexión más allá del cual se vuelven más resistentes y logran sin ningún esfuerzo lo que antes apenas podían imaginarse.

Interpretar un incidente o una situación como positiva es, de hecho, una opción. En otras palabras, es posible convertir casi cualquier cosa en algo positivo, lo que significa que crear una proporción de positividad de 3:1 está enteramente bajo su control.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

El punto clave

Cultivar pasatiempos e intereses por fuera del trabajo puede darle el ánimo que necesita para compensar las tensiones de trabajo. Un poquito de liviandad y de juego les ayuda a usted y a su equipo a resistir las presiones.

Si en la actualidad usted no practica ningún pasatiempo o interés externo, piense en las cosas que pensó que hará en el futuro y considere si existe alguna manera de divertirse un poco con alguna actividad ahora, aun con los límites de tiempo que tiene actualmente. Si no ha hecho una lista de posibilidades para más tarde, intente hojear la sección de revistas en su librería más cercana y vea que le salta la vista. Tal vez se sorprenda.

Deténgase y reflexione

La vida pasa tan rápido que sin algunas prácticas deliberadas para asegurarse de permanecer consciente de sí mismo, bien encaminado hacia lo importante, aislado del ruido diario de la vida y aprendiendo de sus experiencias, al final podría encontrarse en el lugar equivocado.

Darnos el tiempo de reflexionar sobre nuestras experiencias y redirigir nuestros movimientos hacia el futuro son aspectos clave para el logro de nuestros objetivos, tanto en los negocios como en la vida.

91. La práctica regular

El yoga, llevar un diario, un paseo “desenchufado”, un rato observando algo que le traiga paz, cualquier práctica regular que atenúe el ruido habitual y le brinde una sensación de calma reúne los requisitos de una disciplina contemplativa. Pero la que es superior a todas es la meditación periódica.

La neurociencia apenas comienza a develar el poder de la meditación, demostrando que puede cambiar la estructura y la función del cerebro para aumentar el periodo de concentración, afinar el enfoque y mejorar la memoria.

92. La gratitud

Se ha comprobado que expresar gratitud con regularidad aumenta la satisfacción y la esperanza en la vida y reduce la ansiedad y la depresión.

Tanto la reflexión sobre las razones de sentir gratitud como la expresión de gratitud hacia los demás son importantes.

93. La planeación diaria

Su capacidad de mantenerse concentrado en lo prioritario y de asegurarse de que sus esfuerzos se encaminen en la dirección correcta puede mejorarse mediante una pequeña y rápida práctica de verificación; se trata de tomarse unos cuantos minutos para planear su trabajo antes de comenzar a ejecutarlo.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

94. La planeación semanal

Esto puede hacerse en dos bloques de tiempo o uno solo, pero es proceso crucial. Para algunas personas, pasar unos pocos minutos el domingo por la noche o el lunes por la mañana para fijar metas y organizar el tiempo para la semana les permite comenzar bien; y dedicarle unos minutos antes de cerrar la semana los viernes para reflexionar sobre lo que realmente ocurrió permite comprobar en qué medida la realidad se aproximó a los planes.

95. La planeación mensual o trimestral

La capacidad de corregir el curso depende de saber si está bien encaminado o no, y no lo sabrá si no lo evalúa con regularidad.

Es casi imposible tener una perspectiva global si se está inmerso en el día a día del negocio, trabajando “en” él. Apartarse y divisar las cosas a 12.000 metros distancia le permite ver los problemas, y también las soluciones, que probablemente no se ven a nivel del suelo.

96. La planeación anual

Cuando se es el líder de otros, es ritico que se le reconozca por su claridad y capacidad de señalar una dirección, tanto para el líder mismo como para la empresa. Piense en la perspectiva que se gana dando un paso atrás cada mes o cada tres meses. El proceso anual aporta una visión estratégica adicional.

97. La documentación de su historia personal

Contar con un solo lugar para todos sus preciados recuerdos asegura que no los pierda, pero ese repositorio también puede utilizarse como una fuerza motivadora. Es como tener una colección: una vez que comienzas, siempre estás buscando nuevos objetos para añadirle.

98. Fijarse metas

Fijarse metas aumenta la probabilidad de lograr las cosas que le son importantes, en lugar de pasar su vida soñando pero sin realizar esos sueños.

Nuestro subconsciente siempre está activo, y si usted lo estimula reiteradamente con recordatorios de las cosas que le son importantes, estará revitalizando su capacidad de lograr lo que se propone.

Ponga sus metas por escrito y revíselas con frecuencia. Considere incluso fijarlas en algún lugar visible para, mantenerlas presentes.

99. Las conversaciones empáticas

Intercambiar con alguien a quien usted le tiene cariño, sentir que alguien le está escuchando de verdad y tener un sentimiento profundo de conexión, todo ello puede ser profundamente revitalizante.

EL EJECUTIVO INTEGRAL

10 PASOS PARA ALCANZAR UN GRAN DESEMPEÑO COMO LÍDER

“KAREN WRIGHT”

Vale la pena darse tiempo para conectarse, hacer el esfuerzo de tenderle la mano a alguien y entablar una conversación empática. Los efectos positivos de la conexión con otros seres humanos son duraderos.

100. La intuición

Los mejores líderes empresariales que he conocido reconocen un sexto sentido o instinto que los guía. La intuición individual puede tomar una diversidad de formas, pero es una herramienta importante para cualquiera que con frecuencia debe hacerle frente a decisiones significativas.

La intuición normalmente se alinea con los valores.

El punto clave

Aunque contrarias al ritmo y al estilo de la interacción en nuestro mundo actual, las prácticas frecuentes de reflexión y planeación nos aportan el fundamento para las realizaciones bien encauzadas y bien intencionadas. La reflexión garantiza que usted aprenda de, y respete, las experiencias pasadas, mientras que fomenta el progreso que con mayor probabilidad puede conducirle a su meta. Aunque este conjunto de prácticas figura de último en nuestro modelo, los elementos descritos aquí tienen el mayor potencial de impactar la calidad de su liderazgo y de su vida. Si usted ya practica muchos de estos hábitos, continúe haciéndolo y esfuércese por practicarlos todos. Si ninguno le es conocido, comience con poco y avance hasta incorporar los diez.