

EP: 238

Título: Prepárate para crecer en 2024. Parte 2

Voces: Juan Vereecken & Alejandro Mendoza.

Recursos recomendados:

---

## PREPÁRATE PARA CRECER EN TU VIDA RELACIONAL

1. ¿De quién \_\_\_\_\_? (Mentoring).

Se requiere \_\_\_\_\_ para reconocer que no lo sabes todo y que necesitas a alguien que te enseñe.

Puedes aprender de todos, pero debes tener un \_\_\_\_\_ para invitar a ciertas personas a tu vida para tu desarrollo.



Identifica a quién quieres que hable a tu vida este año.

Intenta conseguir a los \_\_\_\_\_ que quieres. Haz una lista y toma esto en consideración:

- Busca personas \_\_\_\_\_ en ciertas áreas.
- Pídele un tiempo, una sesión a esa persona que quisieras que te mentoree. No le pidas que sea tu mentor.
- Dedica tiempo a prepararte para ese tiempo que tendrás.
- Sé agradecido y pregunta si puedes tener otra sesión para contar cómo pusiste en práctica la \_\_\_\_\_ que te dieron.

## 2. ¿A quién \_\_\_\_\_? (Multiplicación).

La generosidad es la única manera de producir un \_\_\_\_\_ duradero al enseñar a otros.

Tienes que ser generoso, tienes que derramar tu \_\_\_\_\_ en las vidas de otras personas.

Pregúntate: ¿en quién voy a derramar mi copa? En algunos casos es muy obvio, tendrás personas cercanas en las que ves un gran \_\_\_\_\_. En otros casos, personas te buscarán para que tú los mentores.

### Consejos para cuando te buscan como mentor:

- \_\_\_\_\_ a la persona, ¿ves ese tiempo con esa persona como inversión o como que regalas tu tiempo?
- ¿Crees que puedes ayudar a esa persona? ¿Te está pidiendo ayuda en un área que dominas?
- Cuando ya aceptas mentorearlo, pon la carga de la mentoría sobre la otra persona, no sobre ti.
- No te sobre comprometas al principio, da un paso y analiza.
- En caso de una buena \_\_\_\_\_, establece y desarrolla una relación... quizá a largo plazo.

No puedes hacer por muchos, todo. Haz por poco lo que no puedes hacer por muchos.

Cabe resaltar, que aquí no se refiere a una relación o un proceso de coaching formal, donde tienes una responsabilidad con otro. Se refiere a un proceso de mentoría donde generosamente das e inviertes tu tiempo en otro, es la vida relacional.

## 3. ¿Con quién \_\_\_\_\_? (Amistades).

Escoge bien con quiénes invertirás tu año.



Las personas que rodean tu vida determinan cómo piensas, actúas y la dirección de tu vida.

Piensa: ¿Qué quieres aprender; cuánto quieres crecer; qué tipo de actitudes, comportamientos y logros quieres tener? Pregúntate ahora: ¿Con quién estás \_\_\_\_\_ más tiempo?

Tienes que ser \_\_\_\_\_, no dejes que te relaciones con personas solo porque es tu conocido, esta es tu vida \_\_\_\_\_.

Sé intencional en buscar los comportamientos y la forma de pensar que tu quieres en tu vida y busca personas que sean así.

#### **Sugerencias para buscar a las personas que tendrás en tu vida en 2024:**

- Haz una lista actualizada de las personas que tienes en tu vida.
- Pon los nombres en orden de aporte positivo.
- Ponle una estrella a aquellas personas con quienes te gusta pasar más tiempo.
- Busca a las personas que están más arriba en la lista con una estrella, con ellas debes pasar más tiempo formándote.

---

Respuestas: aprenderé, humildad, plan, mentores, expertas, enseñanza, enseñaré, copa, potencial, analiza, conexión, creceré, pasando, intencional, relacional.

EP: 238

Título: Prepárate para crecer en 2024. Parte 2

Voces: Juan Vereecken & Alejandro Mendoza.

Recursos recomendados:

---

## PREPÁRATE PARA CRECER EN TU VIDA RELACIONAL

### 4. ¿De quién aprenderé? (Mentoring).

Se requiere humildad para reconocer que no lo sabes todo y que necesitas a alguien que te enseñe.

Puedes aprender de todos, pero debes tener un plan para invitar a ciertas personas a tu vida para tu desarrollo.



Identifica a quién quieres que hable a tu vida este año.

Intenta conseguir a los mentores que quieres. Haz una lista y toma esto en consideración:

- Busca personas expertas en ciertas áreas.
- Pídele un tiempo, una sesión a esa persona que quisieras que te mentoree. No le pidas que sea tu mentor.
- Dedica tiempo a prepararte para ese tiempo que tendrás.
- Sé agradecido y pregunta si puedes tener otra sesión para contar cómo pusiste en práctica la enseñanza que te dieron.

## 5. ¿A quién enseñaré? (Multiplicación).

La única manera de producir un cambio duradero es enseñando a otros.

Tienes que ser generoso, tienes que derramar tu copa en las vidas de otras personas.

Pregúntate: ¿en quién voy a derramar mi copa? En algunos casos es muy obvio, tendrás personas cercanas en las que ves un gran potencial. En otros casos, personas te buscarán para que tú los mentores.

### Consejos para cuando te buscan como mentor:

- Analiza a la persona, ¿ves ese tiempo con esa persona como inversión o como que regalas tu tiempo?
- ¿Crees que puedes ayudar a esa persona? ¿Te está pidiendo ayuda en un área que dominas?
- Cuando ya aceptas mentorearlo, pon la carga de la mentoría sobre la otra persona, no sobre ti.
- No te sobre comprometas al principio, da un paso y analiza.
- En caso de una buena conexión, establece y desarrolla una relación... quizá a largo plazo.

No puedes hacer por muchos, todo. Haz por poco lo que no puedes hacer por muchos.

Cabe resaltar, que aquí no se refiere a una relación o un proceso de coaching formal, donde tienes una responsabilidad con otro. Se refiere a un proceso de mentoría donde generosamente das e inviertes tu tiempo en otro, es la vida relacional.

## 6. ¿Con quién creceré? (Amistades).

Escoge bien con quiénes invertirás tu año.



**Las personas que rodean tu vida determinan cómo piensas, actúas y la dirección de tu vida.**

Piensa: ¿Qué quieres aprender; cuánto quieres crecer; qué tipo de actitudes, comportamientos y logros quieres tener? Pregúntate ahora: ¿Con quién estás pasando más tiempo?

Tienes que ser intencional, no dejes que te relaciones con personas solo porque es tu conocido, esta es tu vida relacional.

Sé intencional en buscar los comportamientos y la forma de pensar que tu quieres en tu vida y busca personas que sean así.

Sugerencias para buscar a las personas que tendrás en tu vida en 2024:

- Haz una lista actualizada de las personas que tienes en tu vida.
  - Pon los nombres en orden de aporte positivo.
  - Ponle una estrella a aquellas personas con quienes te gusta pasar más tiempo.
  - Busca a las personas que están más arriba en la lista con una estrella, con ellas debes pasar más tiempo formándote.
-