

EP: 264

Título: Q&A. Parte 2

Voces: Juan Vereecken & Alejandro Mendoza

Recursos recomendados:

---

## SOBRE EL USO DEL TIEMPO

1. Tirso de la Oz: Tengo un empleo que me gusta mucho y gano muy bien, pero es muy demandante. Estoy agotado de vivir para trabajar y que el tiempo no me alcance para nada más. ¿Qué hago para retomar el control?

Escucha el episodio #250, donde Juan & Karla Vereecken hablan acerca de cómo encontrar el \_\_\_\_\_ entre la familia y el trabajo. Y aunque no estés casado, lo que habla de cómo manejar la tensión, es útil.

La vida es \_\_\_\_\_. Puede que haya más comodidades, pero hay más demanda. Si quieres alcanzar grandes cosas, habrá demanda.



La meta de la vida no es la comodidad de una persona, es su crecimiento.

El \_\_\_\_\_ te garantiza una mejor vida en el futuro.

El crecimiento muchas veces viene generado por la \_\_\_\_\_.

Vive tus \_\_\_\_\_ y prioridades, no vivas tu vida sin orden. Para hacer esto:

- Identifica los valores y prioridades.
- Identifica si tu trabajo no te permite vivirlos.
- Toma una \_\_\_\_\_, probablemente buscar otro trabajo que te facilite vivir tus prioridades.

Pregúntate: ¿A quién le estás quitando tiempo? A tu familia, trabajo, estudios, salud, a ti mismo. Sé intencional en tomar una decisión conscientemente porque a alguien le vas a quitar tiempo, dedicación, dinero, recursos.

Si tu vida está fuera de control, necesitas retomarla. Si ese trabajo te está afectando tu salud física o mental, necesitas tomar una decisión.

**2. Laura Alejandro: Quiero comenzar con la idea de negocio que tengo en mente desde hace dos años, pero nunca me parece que es un buen momento. ¿Cómo identificar el mejor momento para comenzar?**

Cualquier idea debe tener un \_\_\_\_\_ de ejecución, mira qué tan desarrollada está para saber por donde empezar. Si no tienes la visión y un plan, constrúyelo.

Mientras más \_\_\_\_\_, más tiempo le das a otros para tener tu idea. No es el más \_\_\_\_\_ quien gana la carrera, sino la persona que comienza primero.

Si esperas las \_\_\_\_\_ correctas, no alcanzarás nada.

El consejo es: ¡Arranca! Da pasos para que veas las cosas que necesitas saber o resolver y vayas aprendiendo.

3 acciones para hacer recurrentemente:

- Arranca con un producto, solución o una empresa imperfecta
- Busca *feedback* de las personas rápido para poder hacer mejoras
- Establece métricas de aprendizaje para tomar decisiones

Recuerda el ciclo del éxito de John Maxwell: Intentar, fallar, evaluar, ajustar e intentar otra vez.

**3. Adriana del Mar: ¿Qué me recomiendas para lograr diferenciar lo importante de lo urgente?**

Primero, tienes que determinar tus valores y \_\_\_\_\_ para entender qué es importante para ti. Luego, organiza tu vida alrededor de lo importante.



**Solo tú sabes lo que es importante para ti.**

¿Cómo identificar tus prioridades?

- Haz una \_\_\_\_\_ de las cosas más importantes que haces, incluye actividades que tienes que hacer.
- Organiza la lista de acuerdo a importancia, las cosas que no puedes no hacer. Las primeras 3 actividades deben ocupar un 80% de tu tiempo.
- El 20% restante es para lo que tienes que hacer, pero que no entra dentro de tus valores y prioridades.
- También va a haber un margen para hacer las cosas \_\_\_\_\_, que siempre llegan a tu vida, pero que no son una prioridad.

El tiempo, los plazos también determinan lo urgente. Lo importante causa impacto a largo plazo.

Muchas veces las urgencias vienen porque no hicimos lo importante en su momento.

EP: 264

Título: Q&A. Parte 2

Voces: Juan Vereecken & Alejandro Mendoza

Recursos recomendados:

---

## SOBRE EL USO DEL TIEMPO

1. Tirso de la Oz: Tengo un empleo que me gusta mucho y gano muy bien, pero es muy demandante. Estoy agotado de vivir para trabajar y que el tiempo no me alcance para nada más. ¿Qué hago para retomar el control?

Escucha el episodio #250 de Juan & Karla Vereecken, que habla acerca de cómo encontrar el equilibrio entre la familia y el trabajo. Y aunque no estés casado, lo que habla de cómo manejar la tensión es útil.

La vida es demandante. Puede que haya más comodidades, pero hay más demanda. Si quieres alcanzar grandes cosas, habrá demanda.



La meta de la vida no es la comodidad de una persona, es su crecimiento.

El crecimiento te garantiza una mejor vida en el futuro.

El crecimiento muchas veces viene generado por la incomodidad.

Vive tus valores y prioridades, no vivas tu vida sin orden. Para hacer esto:

- Identifica los valores y prioridades.
- Identifica si tu trabajo no te permite vivirlos.
- Toma una decisión, probablemente buscar otro trabajo que te facilite vivir tus prioridades.

Pregúntate: ¿A quién le estás quitando tiempo? A tu familia, trabajo, estudios, salud, a ti mismo. Sé intencional en tomar una decisión conscientemente porque a alguien le vas a quitar tiempo, dedicación, dinero, recursos.

Si tu vida está fuera de control, necesitas retomarla. Si ese trabajo te está afectando tu salud física o mental, necesitas tomar una decisión.

**2. Laura Alejandro: Quiero comenzar con la idea de negocio que tengo en mente desde hace dos años, pero nunca me parece que es un buen momento. ¿Cómo identificar el mejor momento para comenzar?**

Cualquier idea debe tener un plan de ejecución, mira qué tan desarrollada está para saber por donde empezar. Si no tienes la visión y un plan, constrúyelo.

Mientras más esperas, más tiempo le das a otros para tener tu idea. No es el más veloz quien gana la carrera, sino la persona que comienza primero.

Si esperas las condiciones correctas, no alcanzarás nada.

El consejo es: ¡Arranca! Da pasos para que veas las cosas que necesitas saber o resolver y vayas aprendiendo.

3 acciones para hacer recurrentemente:

- Arranca con un producto, solución o una empresa imperfecta
- Busca feedback de las personas rápido para poder hacer mejoras
- Establece métricas de aprendizaje para tomar decisiones

Recuerda el ciclo del éxito de John Maxwell: Intentar, fallar, evaluar, ajustar e intentar otra vez.

**3. Adriana del Mar: ¿Qué me recomiendas para lograr diferenciar lo importante de lo urgente?**

Primero, tienes que determinar tus valores y prioridades para entender qué es importante para ti. Luego, organiza tu vida alrededor de lo importante.



**Solo tú sabes lo que es importante para ti.**

¿Cómo identificar tus prioridades?

- Haz una lista de las cosas más importantes que haces, incluye actividades que tienes que hacer.
- Organiza la lista de acuerdo a importancia, las cosas que no puedes no hacer. Las primeras 3 actividades deben ocupar un 80% de tu tiempo.
- El 20% restante es para lo que tienes que hacer, pero que no entra dentro de tus valores y prioridades.
- También va a haber un margen para hacer las cosas urgentes, que siempre llegan a tu vida, pero que no son una prioridad.

El tiempo, los plazos también determinan lo urgente. Lo importante causa impacto a largo plazo.

Muchas veces las urgencias vienen porque no hicimos lo importante en su momento.

---