

Episodio #297

¿QUÉ MÁS QUIEREN DE MI?

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Las personas que responden con buena actitud a peticiones que _____ sus responsabilidades tienen más posibilidades de crecer.

Por otro lado, quienes se quejan y esperan reconocimiento _____ tienen más probabilidades de _____ y vivir frustrados.

3 ACCIONES PARA CAMBIAR EL ENFOQUE DE TI MISMO HACIA EL EQUIPO

1. Habla con _____ y honestidad sobre tus _____

Cambia la queja y la _____ por conversaciones honestas.

- Si no puedes asumir más tareas, _____.
- Si estás sobrepasado, dilo.
- Si necesitas un _____, dilo.

"La comunicación clara no solo resuelve problemas, también construye confianza."

—John C. Maxwell

El resultado de ser un buen colaborador suele ser la asignación de más responsabilidades. Esto conlleva mayor _____ en tu equipo, puntos extra con tus líderes e incluso la posibilidad de estar en la lista de candidatos para _____. Sin embargo, también requiere que establezcas límites para proteger tu salud _____ y física.

Si eres líder, promueve _____ de conversación donde tu equipo pueda expresar abiertamente su percepción sobre la carga de trabajo. Esto evitará suposiciones y les comunicará que te _____ y estás dispuesto a ayudar.



Episodio #297

¿QUÉ MÁS QUIEREN DE MI?

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Tres preguntas que un equipo se hace sobre su líder:

- ¿Le importo?
- ¿Me puede _____?
- ¿Puedo _____ en él?

2. Redefine el éxito en términos de _____

Hazte esta pregunta: "¿Qué puedo hacer hoy para que mi equipo tenga _____?"

Como líder, debes diferenciar entre las acciones que te llevan a tu éxito _____ y aquellas que _____ a tu equipo. Ambos objetivos son importantes, pero solo lograrás impacto real si trabajas para que el equipo gane.

Haz las cosas que hagan que el equipo _____.

3. Practica la gratitud _____

"La gratitud es la llave para abrir puertas hacia relaciones más profundas y significativas."

—John C. Maxwell

La gratitud _____ nuestra perspectiva y nos permite ver lo positivo que ocurre a nuestro alrededor.

Cuando practicas la gratitud, _____ tu mente para enfocarse en lo que tienes en lugar de en lo que te falta. Esto genera emociones positivas y evita que caigas en la insatisfacción constante.



Episodio #297

¿QUÉ MÁS QUIEREN DE MI?

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Ejercicio práctico: Expresa tu gratitud a alguien más.

Esto no solo alegrará a la otra persona, sino que también te ayudará a _____ lo que tienes en lugar de vivir en la búsqueda constante de más.

Aquí tienes algunas áreas en las que puedes practicar la gratitud:

- Las _____ en tu vida.
- Las experiencias y recuerdos con quienes más _____.
- Tu trabajo y equipo.
- Tu compensación laboral (ingresos y recursos disponibles).
- Tu salud física, mental y emocional.
- Cada nuevo día, como oportunidad de _____ de nuevo.
- Las _____ que has encontrado para tus desafíos.
- La posibilidad de ser generoso y recibir generosidad de otros.
- El _____ que puedes generar en los demás.

Palabras: exceden, constante, estancarse, claridad, límites, murmuración, dilo, descanso, influencia, ascensos, mental, espacios, importan, ayudar, confiar, equipo, éxito, personal, impulsan, gane, activa, transforma, entrenas, valorar, relaciones, amas, empezar, soluciones, impacto.



Episodio #297

¿QUÉ MÁS QUIEREN DE MI?

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Las personas que responden con buena actitud a peticiones que exceden sus responsabilidades tienen más posibilidades de crecer.

Por otro lado, quienes se quejan y esperan reconocimiento constante tienen más probabilidades de estancarse y vivir frustrados.

3 ACCIONES PARA CAMBIAR EL ENFOQUE DE TI MISMO HACIA EL EQUIPO

1. Habla con claridad y honestidad sobre tus límites

Cambia la queja y la murmuración por conversaciones honestas.

- Si no puedes asumir más tareas, dilo.
- Si estás sobrepasado, dilo.
- Si necesitas un descanso, dilo.

"La comunicación clara no solo resuelve problemas, también construye confianza."

—John C. Maxwell

El resultado de ser un buen colaborador suele ser la asignación de más responsabilidades. Esto conlleva mayor influencia en tu equipo, puntos extra con tus líderes e incluso la posibilidad de estar en la lista de candidatos para ascensos. Sin embargo, también requiere que establezcas límites para proteger tu salud mental y física.

Si eres líder, promueve espacios de conversación donde tu equipo pueda expresar abiertamente su percepción sobre la carga de trabajo. Esto evitará suposiciones y les comunicará que te importan y estás dispuesto a ayudar.



Episodio #297

¿QUÉ MÁS QUIEREN DE MI?

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Tres preguntas que un equipo se hace sobre su líder:

- ¿Le importo?
- ¿Me puede ayudar?
- ¿Puedo confiar en él?

2. Redefine el éxito en términos de equipo

Hazte esta pregunta: "¿Qué puedo hacer hoy para que mi equipo tenga éxito?"

Como líder, debes diferenciar entre las acciones que te llevan a tu éxito personal y aquellas que impulsan a tu equipo. Ambos objetivos son importantes, pero solo lograrás impacto real si trabajas para que el equipo gane.

Concéntrate en aquello que ayuda a todos a avanzar.

3. Practica la gratitud activa

"La gratitud es la llave para abrir puertas hacia relaciones más profundas y significativas."

—John C. Maxwell

La gratitud transforma nuestra perspectiva y nos permite ver lo positivo que ocurre a nuestro alrededor.

Cuando practicas la gratitud, entrenas tu mente para enfocarse en lo que tienes en lugar de en lo que te falta. Esto genera emociones positivas y evita que caigas en la insatisfacción constante.



Episodio #297

¿QUÉ MÁS QUIEREN DE MI?

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Ejercicio práctico: Expresa tu gratitud a alguien más.

Esto no solo alegrará a la otra persona, sino que también te ayudará a valorar lo que tienes en lugar de vivir en la búsqueda constante de más.

Aquí tienes algunas áreas en las que puedes practicar la gratitud:

- Las relaciones en tu vida.
- Las experiencias y recuerdos con quienes más amas.
- Tu trabajo y equipo.
- Tu compensación laboral (ingresos y recursos disponibles).
- Tu salud física, mental y emocional.
- Cada nuevo día, como oportunidad de empezar de nuevo.
- Las soluciones que has encontrado para tus desafíos.
- La posibilidad de ser generoso y recibir generosidad de otros.
- El impacto que puedes generar en los demás.

No queremos solo darte información, sino herramientas prácticas para mejorar tus relaciones, especialmente con aquellas personas con las que te cuesta más conectar.

Juan tiene una serie de pasos prácticos que te ayudarán muchísimo a que tengas una conversación difícil pero exitosa con tu jefe.

🔗 Haz clic en [UNIRSE](#) y conéctate con nosotros en la comunidad exclusiva de Juan Vereecken en YouTube.

