

Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

La _____ no es una opción, es la _____ para seguir en el juego.

Hay personas que ven venir un _____ y se paralizan. Otras lo ven como una _____. La diferencia no está en el cambio en sí, sino en cómo cada uno lo _____.

"La vida es 10% lo que pasa y 90% cómo reacciono ante ello."

—John C. Maxwell

1. _____ ante la incertidumbre

El cambio no es el problema, tu _____ sí.

El líder tiene que abrazar el cambio como el _____ que debe pagar para _____, y luego necesita tener empatía con su _____ para ayudarles a procesarlo y poder abrazar lo nuevo que viene.

No puedes forzar el cambio, tienes que caminar el proceso con _____.

John Maxwell dice que las personas cambian cuando:

- Algo les _____ lo _____ como para obligarlas a cambiar.
- Ven lo suficiente en otros que las _____ y las mueve a cambiar.
- _____ lo suficiente como para poder cambiar.
- Reciben lo suficiente como para tener las _____ para cambiar.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Recomendaciones de la IA para tener empatía contigo mismo durante el cambio.

- Reconoce y valida tus _____.
- _____ con amabilidad. Cuida tu narrativa _____.
- Celebra _____ avances.

Take away: en lugar de quejarnos o resistirnos, debemos preguntarnos: ¿Cómo me siento ante esto? ¿Cómo se sienten los _____?

2. _____ Emocional

Auto-control en medio del _____.

“El fracaso no es fatal, el fracaso es la oportunidad de comenzar de nuevo con más inteligencia.”

—John C. Maxwell
(El lado positivo del fracaso)

Atributos esenciales que necesita un líder:

- a. _____
- b. Resiliencia emocional.

La resiliencia es un músculo que se desarrolla _____ y en momentos difíciles e _____.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

El hecho que alguien tiene resiliencia emocional no le hace un buen líder, pero es _____ ser un buen líder sin resiliencia emocional, porque un líder resuelve problemas. Y si te _____ ante problemas, no puedes liderar.

Take Away: cuando te enfrentes a un cambio inesperado, pregúntate "¿qué sí puedo _____?"

3. _____.

Los líderes auténticos saben _____ son, _____ a su equipo y son flexibles para adaptarse sin _____ el rumbo.

"Conocerse a sí mismo es un viaje que dura toda la vida."

—John C. Maxwell

(El lado positivo del fracaso)

a. Saben quiénes son.

_____ y principios _____ y firmes. Si no es así, serás auténticamente _____. Un líder inestable no puede liderar correctamente. Ser la misma persona, sin _____, trae equipos unidos y sinceros.

No permitas que otros definan quién debes ser. Esa decisión te _____. Toma el control de ella y construye tu mismo tu marca.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

b. Conocen su equipo.

La autenticidad te lleva a conocer bien a tu equipo porque genera relaciones _____.
Los líderes auténticos (de la forma correcta) desarrollan relaciones transparentes.

c. Son flexibles para adaptarse.

La autenticidad es estar bien contigo mismo y poder _____. Cuando estás a gusto con quién eres te ayuda a ser flexible porque no tomas decisiones para _____ a alguien más.

Take away: pregúntate, ¿Los cambios que estoy enfrentando están poniendo a prueba mi _____ o mis valores?

Palabras: flexibilidad, clave, cambio, oportunidad, enfrenta, Empatía, respuesta, precio, progresar, equipo, otros, duele, suficiente, inspira, Aprenden, herramientas, emociones, Háblate, interna, pequeños, demás, Resiliencia, caos, Humildad, intencionalmente, incomodos, imposible, achicas, controlar, Autenticidad, quiénes, conocen, perder, Valores, identificados, variable, sorpresas, pertenece, abiertas, expresarlo, complacer, esencia.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

La flexibilidad no es una opción, es la clave para seguir en el juego.

Hay personas que ven venir un cambio y se paralizan. Otras lo ven como una oportunidad. La diferencia no está en el cambio en sí, sino en cómo cada uno lo enfrenta.

"La vida es 10% lo que pasa y 90% cómo reacciono ante ello."

—John C. Maxwell

1. Empatía ante la incertidumbre

El cambio no es el problema, tu respuesta sí.

El líder tiene que abrazar el cambio como el precio que debe pagar para progresar, y luego necesita tener empatía con su equipo para ayudarles a procesarlo y poder abrazar lo nuevo que viene.

No puedes forzar el cambio, tienes que caminar el proceso con otros.

John Maxwell dice que las personas cambian cuando:

- Algo les duele lo suficiente como para obligarlas a cambiar.
- Ven lo suficiente en otros que las inspira y las mueve a cambiar.
- Aprenden lo suficiente como para poder cambiar.
- Reciben lo suficiente como para tener las herramientas para cambiar.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

Recomendaciones de la IA para tener empatía contigo mismo durante el cambio.

- Reconoce y valida tus emociones.
- Háblate con amabilidad. Cuida tu narrativa interna.
- Celebra pequeños avances.

Take away: en lugar de quejarnos o resistirnos, debemos preguntarnos: ¿Cómo me siento ante esto? ¿Cómo se sienten los demás?

2. Resiliencia Emocional

Auto-control en medio del caos.

“El fracaso no es fatal, el fracaso es la oportunidad de comenzar de nuevo con más inteligencia.”

—John C. Maxwell
(El lado positivo del fracaso)

Atributos esenciales necesita un líder:

- a. Humildad
- b. Resiliencia emocional.

La resiliencia es un músculo que se desarrolla intencionalmente y en momentos difíciles e incómodos.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

El hecho que alguien tiene resiliencia emocional no le hace un buen líder, pero es imposible ser un buen líder sin resiliencia emocional, porque un líder resuelve problemas. Y si te achicas ante problemas, no puedes liderar.

Take Away: cuando te enfrentes a un cambio inesperado, pregúntate "¿qué sí puedo controlar?"

3. Autenticidad.

Los líderes auténticos saben quiénes son, conocen a su equipo y son flexibles para adaptarse sin perder el rumbo.

“Conocerse a sí mismo es un viaje que dura toda la vida.”

—John C. Maxwell

(El lado positivo del fracaso)

a. Saben quiénes son.

Valores y principios identificados y firmes. Si no es así, serás auténticamente variable. Un líder inestable no puede liderar correctamente. Ser la misma persona, sin sorpresas, trae equipos unidos, sinceros y sostenibles.

No permitas que otros definan quién debes ser. Esa decisión te pertenece. Toma el control de ella y construye tu mismo tu marca.



Episodio #304

ADAPTARSE O DESAPARECER

Juan Vereecken y Alejandro Mendoza

b. Conocen su equipo.

La autenticidad te lleva a conocer bien a tu equipo porque genera relaciones abiertas. Los líderes auténticos (de la forma correcta) desarrollan relaciones transparentes.

c. Son flexibles para adaptarse.

La autenticidad es estar bien contigo mismo y poder expresarlo. Cuando estás a gusto con quién eres te ayuda a ser flexible porque no tomas decisiones para complacer a alguien más.

Take away: pregúntate, ¿Los cambios que estoy enfrentando están poniendo a prueba mi esencia o mis valores?

La adaptabilidad no aplica en todos los casos. ¡Así es!

Si quieres saber cuál es el contexto donde no aplica nada de lo que hemos hablado hoy,

ÚNETE a mi comunidad exclusiva.

¡Te espero en Youtube!

