

Libro Valores



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN A LOS VALORES:	5
NUESTROS VALORES:	6
DESAFÍO DE LA MANADA:	6
1. AMAMOS Y ADMIRAMOS A LOS DEMÁS	7
1.1 OPERAMOS BAJO EL AMOR:.....	7
1.2 AMAMOS A LA MANADA:	7
1.3 ADMIRAMOS A LOS DEMÁS	7
1.4 ¡AGRADECEMOS!	8
1.5 ¡CONFIAMOS!	8
1.6 NOS PREOCUPAMOS POR LOS DEMÁS Y EMPATIZAMOS.....	8
1.7 FELICITAMOS Y PEDIMOS PERDÓN.....	8
2. BUSCAMOS EL EFECTO ¡PARKU!	10
2.1 TENEMOS VOCACIÓN DE SERVICIO	10
2.2 REGALONEAMOS Y SORPRENDEMOS	10
2.3 BUSCAMOS ALTO IMPACTO	10
2.4 ATENDEMOS AL DETALLE	10
2.5 PERSONALIZAMOS	11
3. UNAS(OS) APASIONADAS(OS) POR LO QUE HACEMOS	12
3.1 LO QUE HACEMOS NOS GENERA SIGNIFICANCIA.....	12
3.2 ESTAMOS INSPIRADAS(OS) POR NUESTRO PROPÓSITO	12
3.3 FLUIMOS EN LO QUE HACEMOS.....	12
4. NOS REÍMOS MUCHO.....	13
4.1 LA PASAMOS BIEN EN CUALQUIER PARTE	13
4.2 DISFRUTAMOS LO QUE HACEMOS	13
4.3 NOS REÍMOS CON LAS DEMÁS PERSONAS.....	13
4.4 JUGAMOS CON SENTIDO.....	13
5. DESTACAMOS POR NUESTRA CURIOSIDAD.....	14
5.1 NOS ENFOCAMOS EN LA PREGUNTA MÁS QUE EN LA RESPUESTA	14
5.2 TENEMOS MENTALIDAD DE APRENDIZ.....	14
5.3 VEMOS LOS PROBLEMAS COMO DESAFÍOS	14
5.4 QUEREMOS RESOLVER LOS PROBLEMAS CON BUENA ACTITUD	15

5.5	HACEMOS MÁS CON MENOS	15
6.	AMAMOS HACERLO DISTINTO	16
6.1	EXPLORAMOS INFINITAS MANERAS DE HACER LAS COSAS.....	16
6.2	ESTAMOS OBSESIONADOS CON LA AUTENTICIDAD	16
6.3	SIEMPRE DAMOS LA BIENVENIDA A LAS IDEAS LOCAS	17
6.4	CELEBRAMOS LOS ERRORES.....	17
7.	NOS APASIONA LA INTELIGENCIA COLECTIVA.....	18
7.1	CREEMOS EN LA INTELIGENCIA COLECTIVA POR SOBRE LA INDIVIDUAL	18
7.2	OFRECEMOS NUESTRAS FORTALEZAS AL SERVICIO DE LA MANADA.....	18
7.3	EXPRESAMOS NUESTRA OPINIÓN LIBREMENTE	18
7.4	ENTENDEMOS LA IMPORTANCIA DE TODOS LOS ROLES.....	18
7.5	COLABORAMOS Y PEDIMOS AYUDA.....	18
7.6	INVOLUCRAMOS EN LOS DESAFÍOS.....	19
8.	CUIDAMOS AL PLANETA Y SU GENTE	20
8.1	ESTAMOS COMPROMETIDAS(OS) POR LA INCLUSIÓN	20
8.2	3`s R:.....	20
9.	INSPIRADAS(OS) POR SER MEJORES.....	21
9.1	NOS APALANCAMOS EN NUESTRAS FORTALEZAS.....	21
9.2	APUNTAMOS A LA EXCELENCIA.....	21
9.3	NOS ATREVEMOS A DAR LO MÁXIMO Y JUGAMOS A GANAR.....	21
9.4	TENEMOS <i>GRIT</i> : RESILIENCIA.....	21
9.5	SOMOS PROACTIVAS(OS).....	22
9.6	VENCEMOS A NUESTRA MENTE	22
9.7	VENCEMOS A NUESTRO CEREBRO.....	22
9.8	KAIROS: HOY INTENTAREMOS SER MEJORES QUE AYER.....	23
9.9	NOS EMPODERAMOS DE NUESTRA VIDA	23
9.10	NUTRIMOS ALMA, MENTE, CORAZÓN Y CUERPO	23
10.	ARTISTAS DEL CAOS	24
10.1	APUNTAMOS AL BIEN COMÚN.....	24
10.2	ASUMIMOS RIESGOS.....	24
10.3	HABLAMOS A LOS OJOS Y ESCUCHAMOS ACTIVAMENTE	24
10.4	GENERAMOS SEGURIDAD PSICOLÓGICA	24
10.5	SABEMOS QUE LO IMPOSIBLE SÓLO CUESTA UN POCO MÁS	25

11. RECURSOS	26
1. AMAMOS Y ADMIRAMOS A LOS DEMÁS	26
2. BUSCAMOS EL EFECTO ¡WUF, WUF!	27
3. UNAS(OS) APASIONADAS(OS) POR LO QUE HACEMOS	28
4. NOS REÍMOS MUCHO	29
5. DESTACAMOS POR NUESTRA CURIOSIDAD	30
6. AMAMOS HACERLO DISTINTO.....	31
7. NOS APASIONA LA INTELIGENCIA COLECTIVA	32
8. CUIDAMOS AL PLANETA Y SU GENTE	33
9. INSPIRADAS(OS) EN SER MEJORES	34
10. ARTISTAS DEL CAOS	35



INTRODUCCIÓN A LOS VALORES:

Querida manada:

Anhelamos que los valores aquí declarados se conviertan en nuestro código de vida y sean reflejo fiel de nosotras(os) como individuos y como manada.

Esto significa que nuestra intención es que los valores se manifiesten en todo aquello que somos, hacemos y/o tenemos.

Durante el camino seguramente habrá obstáculos, incertidumbre, angustia y cansancio, pero es allí, donde pretendemos que nuestros valores se realcen orientándonos y aclarándonos el camino.

En algunas ocasiones, habrá valores encontrados y tendremos que privilegiar a uno sobre otro. Ante estos casos, queremos que te detengas un momento, analiza los valores y piensa en el propósito de la acción, estamos seguros que encontrarás el camino indicado.

Incentivamos a cada miembro de la manada a revisar cada acción que hagamos y a preguntarse qué cambios podemos hacer para vivir más auténticamente nuestros valores.

Las(os) invitamos a estudiar, reflexionar y a vivir los valores con amor...

NUESTROS VALORES:

1. **A**mamos y admiramos a los demás
2. **B**uscamos el efecto ¡PARKU!
3. **U**nas(os) apasionadas(os) por lo que hacemos
4. **N**os reímos mucho
5. **D**estacamos por nuestra curiosidad
6. **A**mamos hacerlo distinto
7. **N**os apasiona la inteligencia colectiva
8. **C**uidamos al planeta y su gente
9. **I**spiradas(os) por ser mejores
10. **A**rtistas del caos

¿QUÉ SON LOS VALORES PARA NOSOTRAS(OS)?

1. Son nuestro código de vida.
2. Nos orientan en todo momento.
3. Mediante ellos tomamos decisiones importantes.

NUESTROS MANDAMIENTOS:

1. Vivir los valores en todo momento.
2. En caso de duda, estudiar definición de los valores.
3. Si persiste la duda, revisar sus recursos: libros, películas, videos, etc.
4. En el supuesto que se contrapongan, analiza el propósito.

DESAFÍO DE LA MANADA:

Para vivir los valores en manada, les presentamos el siguiente desafío:

Organizar al menos una actividad cada 15 días que haga reflejar mejor nuestros valores.

1. AMAMOS Y ADMIRAMOS A LOS DEMÁS

Conectemos con las demás personas, reconozcámoslas como nuestras(os) iguales y admiremos nuestras diferencias y similitudes.

1.1 OPERAMOS BAJO EL AMOR:

El amor y la admiración son uno de nuestros pilares más importantes para crear mejores relaciones. Desde el amor respetamos a las demás personas tal y como son.

1.2 AMAMOS A LA MANADA:

Si viajamos juntas(os), hagámoslo como manada, donde todas(os) cumplan un rol esencial para el éxito de la misión, donde nos apoyemos y demos todo por el resto.

Sé parte de algo más grande que tú: Protégela, Poténciala y Pásala bien.

Las 3p's de la manada:

- **Protégela:** Defendámosla hasta morir. Se trata de nuestra manada.
- **Poténciala:** Agreguémosle valor a la manada. No se trata de lo que la manada te da, sino lo que tú le das a la manada.
- **Pásala bien:** Compartamos y disfrutemos cada momento con ella ¡Qué rica nuestra manada!

1.3 ADMIRAMOS A LOS DEMÁS

Admiramos y resaltamos las virtudes y fortalezas de las demás personas para aprender de ellas y también para potenciar la confianza en sí mismas.

Confiamos en el potencial humano y así proyectamos juntos nuestra mejor versión. La admiración permite cultivar la superación personal.

¡La admiración nos conecta con la inspiración!

1.4 ¡AGRADECEMOS!

Agradecemos la labor que desempeñan otras(os) porque nos es importante que sepan no solo el beneficio que nos trae, sino lo mucho que lo valoramos.

Expresamos gentileza y amabilidad, e intención de devolver algo a la persona o circunstancia que produce el beneficio. El agradecer nos conecta y nos permite cultivar relaciones de reciprocidad.

1.5 ¡CONFIAMOS!

No podemos avanzar solas(os) debemos compartir la carga para llegar más lejos, lo cual resulta ser difícil si no aprendemos a creer y confiar en las(os) demás.

El voto de confianza es dejar los escudos a un lado para avanzar más ligeras(os), y así lograr más en conjunto. La confianza en un acto de co-fe entre nosotros.

1.6 NOS PREOCUPAMOS POR LOS DEMÁS Y EMPATIZAMOS

Si nos preocupamos por los demás podemos tener un ambiente de trabajo empático y cómodo para todo el equipo.

La empatía produce una conexión emocional muy potente. Tengamos curiosidad en entender la perspectiva del otro, tengamos escucha activa, disminuyamos nuestro juicio, identifiquemos emociones y generemos conexión.

Del mismo modo, nos preocupa el bienestar de nuestras(os) *stakeholders*. Nuestro propósito es que siempre se sientan satisfechos con nuestro servicio.

1.7 FELICITAMOS Y PEDIMOS PERDÓN

Enfatizar lo positivo nos nutre e inspira a cada una(o). Por ende, celebramos y felicitamos los logros de todas(os).

Somos humanas(os), por lo tanto, podemos cometer errores y debemos aprender a reconocerlos y disculparnos. La vulnerabilidad nos libera y nos hace viajar más tranquilos. Siempre recuerden preguntar en el perdón: ¿hay algo que puedo hacer para mejorar la situación?

“No podemos dar al otro lo mejor para él, sino es desde el amor”
Anónimo

“Nada levanta tanto al hombre por encima de las mezquindades de la vida como admirar,
sea lo que sea o a quienquiera que sea”
Thomas Carlyle



2. BUSCAMOS EL EFECTO ¡PARKU!

Nos esforzamos para que nuestras(os) *stakeholders* no solo se sorprendan, sino que queden fascinadas(os) con cada acción que ejecutamos.

2.1 TENEMOS VOCACIÓN DE SERVICIO

Como equipo somos apasionados y sentimos un llamado interno para ponernos al servicio de nuestras(os) *stakeholders*.

Mediante esta vocación de servicio logramos que las cosas sean mágicas y que al final del día nuestras(os) *stakeholders* tengan la mejor experiencia con nosotras(os).

2.2 REGALONEAMOS Y SORPRENDEMOS

Nos desvivimos por esa expresión tan gratificante del efecto sorpresa y queremos regalinear siempre con un detalle diferente a todas y todos.

2.3 BUSCAMOS ALTO IMPACTO

Para nosotras(os) es fundamental que todos los *stakeholders* queden impactados con nuestro actuar. Y no sólo nos referimos a impactar en los niveles más básicos de la supervivencia organizacional, hablamos de generar las experiencias más altas y transformadoras para cada uno de los *stakeholders*, provocando así: colaboradoras(es) inspiradas(os), inversionistas orgullosas(os) por contribuir a un legado, clientes fans que sean embajadoras(es) de lo que hacemos.

2.4 ATENDEMOS AL DETALLE

Hacemos hincapié en la calidad y en la excelencia. En ese sentido, pensamos que en el detalle se encuentra la excelencia. Nos comprometemos a dar nuestro compromiso a cuidar esos pequeños detalles que marcan la diferencia en la experiencia que ofrezcamos.

2.5 PERSONALIZAMOS

Nos preocupamos de ofrecer lo que cada persona necesita y evitamos caer en la aburrida estandarización.

“Tus clientes no compran tus productos o tus servicios. Compran la emoción que les haces sentir y el significado que tiene para ellos tener algo de tu marca”

Kai Fabella

“Una regla simple y potente: siempre hay que ofrecer más de lo que el cliente espera”

Nelson Boswell



3. UNAS(OS) APASIONADAS(OS) POR LO QUE HACEMOS

No descansamos hasta ver a nuestras(os) amigas(os) peludas(os) felices

3.1 LO QUE HACEMOS NOS GENERA SIGNIFICANCIA

Cada cosa que hacemos le entrega sentido a nuestra vida. Cada vez que logramos servir a nuestras(os) *stakeholders* nos sentimos realizadas(os), pero más aún cuando logramos sorprenderlas(os) con algo extra.

3.2 ESTAMOS INSPIRADAS(OS) POR NUESTRO PROPÓSITO

Nuestro motor es nuestro propósito. Día a día nos esforzamos en ser las(os) mejores padrinos y madrinas para tu hija(o) canina(o).

3.3 FLUIMOS EN LO QUE HACEMOS

La idea es encontrar el balance entre el desafío y el conocimiento, siempre con un mínimo por ciento por encima del conocimiento para que podamos progresar y conseguir ese túnel de *flow* que nos llevará al progreso con nuestras mejores capacidades.

Si el desafío está muy por sobre el conocimiento, finalmente tenemos mucha ansiedad. Y si, por el contrario, nuestro conocimiento está muy por debajo del desafío entonces nos aburriremos. Tratemos de desafiarnos en su justa medida y daremos lo mejor de nosotros.

“La vocación es la espina dorsal de la vida”

Friedrich Nietzsche

“Aprende, no para acumular conocimientos, como un tesoro personal, sino para emplear lo aprendido al servicio del mundo”

Rudolf Steiner

4. NOS REÍMOS MUCHO

Reír y ser alegres nos mantiene conectadas(os). Nos encanta regalarnos un momento de diversión y compartirla con otras personas, ya que creamos lazos y profundizamos relaciones sociales.

4.1 LA PASAMOS BIEN EN CUALQUIER PARTE

Lo esencial no es el lugar en el que te encuentres, sino con quien estás y compartes tus momentos. No tenemos que buscar una ocasión, pues la ocasión es todos los días.

4.2 DISFRUTAMOS LO QUE HACEMOS

Nos divertimos mientras trabajamos y nos encanta hacerlo con significancia.

4.3 NOS REÍMOS CON LAS DEMÁS PERSONAS

Reír es contagioso y puedes cambiarles el día a las personas y/o a las mascotas. La risa nos hace felices a todas(os), genera endorfinas y aumenta la serotonina, mejora las relaciones, nuestra convivencia y nos sentimos bien. La máxima: no se trata de reírse de la otra persona, sino conjuntamente con ella.

4.4 JUGAMOS CON SENTIDO

Jugar nos permita continuar creativamente la entretención, ya que despertamos la creatividad de nuestra niñez para volver a imaginar y crear un mundo de amistad y buenos lazos.

“Un día sin sonreír es un día perdido”

Charles Chaplin

“Las personas raramente tienen éxito, salvo que se diviertan en lo que hacen”

Dale Carnegie

5. DESTACAMOS POR NUESTRA CURIOSIDAD

En esta aventura la curiosidad te lleva al aprendizaje siempre que quieras abrir tu mundo.

5.1 NOS ENFOCAMOS EN LA PREGUNTA MÁS QUE EN LA RESPUESTA

Ser curioso es el primer paso para aprender en esta aventura. Si no actuamos desde esta disposición nada nuevo entrará a nuestras vidas, quedándonos estancadas(os) en las limitaciones de nuestra(o) observadora(or).

Andemos por la vida cuestionándonos las cosas, siempre con ánimo de aprendizaje. Las preguntas tienen un efecto muy potente en nuestras vidas: son una puerta para analizar y tener conocimiento. Las(os) niñas(os) aprenden preguntando el porqué de todo: ¿y por qué?

¡Una persona curiosa hace muchas preguntas!

5.2 TENEMOS MENTALIDAD DE APRENDIZ

Existencia abierta: vacía tu mente y ponlo a disposición del aprendizaje.

Si tenemos asombro por las cosas nos detendremos a absorber y acomodar información para desafiar las estructuras mentales vigentes. Si tenemos mentalidad de aprendiz desarrollaremos perspectiva sistémica.

5.3 VEMOS LOS PROBLEMAS COMO DESAFÍOS

Inevitablemente durante nuestra vida nos enfrentaremos a problemas. Si tenemos buena actitud iremos buscando y encontrando soluciones continuamente. Pero, como todo en la vida, dependerá de nuestra actitud frente a los problemas,elijamos siempre el camino de la esperanza y dejemos atrás la resignación.

- **Resignarnos:** “Nací así y muero así”. Por lo tanto, no habrá aprendizaje.
- **Esperanza:** “Nací así, pero me dedicaré a superar el obstáculo”. Hay optimismo y la brecha se ve como un desafío.

5.4 QUEREMOS RESOLVER LOS PROBLEMAS CON BUENA ACTITUD

Las personas nos acostumbramos a quejarnos todo el tiempo. Alguien que se queja, es alguien que no es agradecida(o) de la vida porque los problemas son bendiciones que traen consigo mucho aprendizaje.

Si analizamos con serenidad, sabremos que cualquier problema nos hará mejores. Decir: “Este problema me hará crecer, me hará mejor, más fuerte, más capaz” eso es tener buena actitud.

5.5 HACEMOS MÁS CON MENOS

Es esencial ser eficiente en los recursos. Optimicemos los recursos y enfoquémonos en obtener los mejores resultados sin mayores desperdicios. Para lograr esa eficiencia, hagámonos las preguntas correctas.

“Observa, escucha, calla. Juzga poco, pregunta mucho”

Arturo Graf

“En nuestro alrededor, nosotras(os) no estamos viendo hacia atrás por mucho tiempo. Nosotras(os) seguimos moviéndonos hacia adelante, abriendo nuevas puertas y haciendo cosas nuevas, porque nosotras(os) somos curiosas(os)... y la curiosidad nos mantiene llevándonos por nuevos caminos”

Walt Disney

6. AMAMOS HACERLO DISTINTO

Ser auténticas(os) y creativas(os) en un mundo desconocido lleno de juegos desafiantes, risas e ideas locas.

6.1 EXPLORAMOS INFINITAS MANERAS DE HACER LAS COSAS

Las humanas(os) han logrado superar los grandes desafíos que se ha encontrado en el camino siendo creativa(o). La creatividad permite avanzar, amoldar la realidad y encontrar distintas maneras de hacer las cosas.

El único enemigo de la creatividad es una(o) misma(o), al permitir que crezca esa voz que aparece cuando nos proponemos hacer algo distinto.

Quien se quede sin creatividad pierde porque deja de tener capacidad de adaptarse. Pierde porque le da más peso al problema que a la solución. Pierde porque se paraliza ante la adversidad.

No hay ideas o miradas malas. Recuerda que nadie tiene la exclusiva del error, ni el monopolio de la verdad. Acepta otras formas de ver las cosas y no critiquemos.

6.2 ESTAMOS OBSESIONADOS CON LA AUTENTICIDAD

Sé tú misma(o). Eres increíble. No busques ser alguien más, ni vivir la vida de otras(os). Tampoco pretendas satisfacer las expectativas de los demás. Sigue tu corazón y sé tú misma(o).

Viva la diferencia: Acepta y ama tus imperfecciones porque es eso lo que te hace única(o), irrepetible y especial.

Al pensar igual, aspirar lo mismo y repetir lo mismo, creamos robots humanos que no cuestionan, ni conocen razones. Aquí se pierde la riqueza de la diversidad humana.

La diversidad potencia a la manada. La diversidad de opiniones y miradas nutre el conocimiento y lo acerca a la realidad.

El suprimir la individualidad es una gran pérdida, ya que por naturaleza todas(os) somos distintas(os).

6.3 SIEMPRE DAMOS LA BIENVENIDA A LAS IDEAS LOCAS

No matemos las ideas. Pongamos sobre la mesa todas las ideas que se nos vengan a la cabeza. No nos censuremos ni limitemos en el proceso creativo. Cada vez que tengamos una idea, escribámosla para no olvidarla y luego compartámosla para crear entre todas(os). Aprendamos a escuchar con apertura.

6.4 CELEBRAMOS LOS ERRORES

No nos castigemos, soltemos y celebremos que hemos descubierto una manera de no hacer las cosas: ¡excelente aprendizaje!

Avancemos tranquilas(os) y confiemos en el proceso de aprendizaje.

“El juego es un mecanismo de exploración y adaptación”

Brown

“La creatividad es la inteligencia divirtiéndose”

Albert Einstein

7. NOS APASIONA LA INTELIGENCIA COLECTIVA

Sumemos nuestras inteligencias individuales para construir un mega cerebro colectivo.

7.1 CREEMOS EN LA INTELIGENCIA COLECTIVA POR SOBRE LA INDIVIDUAL

Entendemos que la inteligencia individual no sólo es menor que la inteligencia colectiva, sino que adicionalmente la inteligencia individual limita la inteligencia colectiva.

Así que dejemos nuestro ego de lado para permitir que la inteligencia colectiva aflore y cumpla su función.

7.2 OFRECEMOS NUESTRAS FORTALEZAS AL SERVICIO DE LA MANADA

Es importante reconocer nuestras propias fortalezas y luego disponerlas al servicio de las(os) demás. Intenta encontrar distintas maneras para ofrecer tus fortalezas a la manada.

7.3 EXPRESAMOS NUESTRA OPINIÓN LIBREMENTE

Intenta siempre de verbalizar tu opinión, aun cuando ésta sea contraria a la opinión del resto.

7.4 ENTENDEMOS LA IMPORTANCIA DE TODOS LOS ROLES

Recuerda que todas(os) son fundamentales en la manada para el desarrollo de los objetivos.

Ninguna(o) es más que la(el) otra(o). Somos todas(os) iguales en valor y distintos en esencia.

7.5 COLABORAMOS Y PEDIMOS AYUDA

Cuando no sepas como continuar, detente a pensar, cambia el foco y la estrategia. Si ves que te estancas mucho tiempo, entonces pide ayuda, no permitas que la vergüenza o el ego no te hagan solicitarla.

Todas(os) podemos aprender algo nuevo.

7.6 INVOLUCRAMOS EN LOS DESAFÍOS

Siempre es mejor que participemos todas(os) a unas(os) pocas(os). Fomenta a que las(os) demás participen y tú tampoco te quedes fuera. Construyamos todas(os) juntas(os).

“Si he logrado ver más lejos, ha sido porque he subido a hombros de gigantes”
Isaac Newton

“Nadie es tan inteligente como todos juntos”
Pogo



8. CUIDAMOS AL PLANETA Y SU GENTE

Cuida del otro y de tu entorno como cuidas de ti misma(o).
Fomentemos la responsabilidad del cuidado propio, de terceras(os) y del medio ambiente.

8.1 ESTAMOS COMPROMETIDAS(OS) POR LA INCLUSIÓN

Defendemos y respetamos la diferencia porque creemos en la riqueza e importancia de un sistema heterogéneo. Nos preocupamos de que todas(os) puedan expresarse con naturalidad y sentirse parte de la manada tal y como son.

Somos unas(os) convencidas(os) de que las discapacidades las establece el entorno y como manada buscamos eliminar las barreras establecidas que provocan que una persona se encuentre en desventaja o en situación de discapacidad.

8.2 3`s R:

¡Reducimos! ¡Reciclamos! ¡Reutilizamos!

Cuidamos el planeta como nos cuidamos a nosotras(os), te invitamos a cuidarlo también.

Es responsabilidad de todas(os) respetar y cuidar el medio ambiente: nuestro hogar.

Es por esto que constantemente reducimos el consumo energético, uso de papel y otros contaminantes; reutilizamos todos los materiales que podemos. Finalmente, reciclamos aquellos desechos que ya no es factible reutilizar.

“No tendremos una sociedad si destruimos el medio ambiente”

Margaret Mead

“El activista no es quien dice que el río está sucio. El activista es quien limpia el río”

Ross Perot

9. INSPIRADAS(OS) POR SER MEJORES

Cada día conviértete en la mejor versión de ti misma(o).
Acepta tus errores tanto como tus victorias porque si aprendemos de ellos podremos mejorar. Es natural sentir miedo, pero no dejemos que nos domine. Solo tenemos dos opciones: ganamos o aprendemos.

9.1 NOS APALANCAMOS EN NUESTRAS FORTALEZAS

Si nos apalancamos en nuestras fortalezas generaremos ciclos virtuosos. Nos sentiremos como pez en el agua en el desempeño de cualquier actividad, esto nos hará sentir con mayor confianza y dominio. En ese sentido, nuestro bienestar y productividad aumentarán, así como también generará un impacto positivo en las(os) demás.

9.2 APUNTAMOS A LA EXCELENCIA

La excelencia es un resultado de hábitos producto de la constancia y dedicación. Recordemos que la excelencia no es un acto aislado, ni espontáneo, eso lo llamamos suerte.

9.3 NOS ATREVEMOS A DAR LO MÁXIMO Y JUGAMOS A GANAR

Demos el máximo, tratemos de ser mejores personas cada día y gocemos recompensas del camino. La mediocridad y desidia mental son las peores enfermedades del ser humano. Alejémonos de ellas.

No podemos ingresar a la cancha con mentalidad perdedora, pues entonces perderemos. Tenemos que pensar y jugar como ganadores. Solo convencidas(os) del triunfo lograremos victorias. Tengamos presente que somos producto de nuestros pensamientos.

9.4 TENEMOS *GRIT*: RESILIENCIA

Si nos caemos, nos levantamos. Superemos las frustraciones, afrontemos las adversidades y salgamos más grandes que antes.

9.5 SOMOS PROACTIVAS(OS)

Anticipémonos a la jugada, tomemos el control y hagamos que las cosas pasen ¡No nos sentemos a esperar! La cultura reactiva siempre llega tarde.

9.6 VENCEMOS A NUESTRA MENTE

Nuestra mente es tan poderosa que es capaz de liberarnos, pero también de encerrarnos en una prisión oscura.

Nunca creamos en una predicción que no nos empodere. De lo contrario, nos limitaremos al “no puedo” “quizás no soy tan bueno”, etc. Luego nos marchitaremos y moriremos ya sea física o espiritualmente, sin intentar, ni arriesgar, ni creer en nosotras(os). No sintamos lástima porque nos marchitamos: ¡no nos hagamos *bullying*, no hagamos *bullying*!

La prisión real está en nuestra cabeza, en nuestra mente. Todas(os) la tenemos y en ocasiones nos impide avanzar con pensamientos negativos. Derribemos la prisión en la que nos encerramos a nosotras(os) mismas(os). Para vivir en libertad debemos superar todo pensamiento que no nos deja avanzar, para luego empoderarnos y amarnos con lo bella(o) que somos.

No somos una condición o discapacidad. La única discapacidad es el rechazo de una(o) a adaptarse. Por lo tanto, nuestra tarea es adaptarnos a cualquier circunstancia o ambiente en el que nos encontremos: ¡buena actitud!

9.7 VENCEMOS A NUESTRO CEREBRO

Disciplina vs Adicción de nuestro cerebro.

Te invitamos a postergar un poco recompensas inmediatas por obtener recompensas mayores en el largo plazo. Vence a tu cerebro adicto que nos entrapa para saciar apetitos en el corto plazo.

La disciplina nos permite controlar y poner freno a ciertos apetitos. Por ello, la disciplina nos libera y nos realza. La disciplina es tener amor propio, ya que apunta a tener un beneficio muchísimo mayor en el futuro. Finalmente, la disciplina tiene que ver con sabiduría. El éxito no es más que una suma de hábitos disciplinados.

Tendemos a actuar: cerebro – mente – acción. Para vencerlo: acción – mente – cerebro.

9.8 KAIROS: HOY INTENTAREMOS SER MEJORES QUE AYER

No es la competencia es nuestra propia incompetencia. Mirar hacia dentro es la verdadera clave en esta aventura. Nos dará *locus* de control interno, con lo cual, nos podemos hacer cargo y dejamos de ser espectadoras(es) y/o víctimas de las circunstancias.

No nos preocupemos de competir con las otras personas y/o empresas, sino de mejorar nosotras(os) mismas(os) y nuestras falencias.

9.9 NOS EMPODERAMOS DE NUESTRA VIDA

Siempre seamos las(os) protagonistas de nuestras vidas, no permitamos que otras(os) decidan por nosotras(os) porque la vida es muy corta para no vivirla. Hagámonos protagonistas y responsables de las cosas que nos suceden y de las que no. Tomemos las riendas y decidamos por nosotras(os). Recuerda que un gran poder, conlleva una gran responsabilidad.

9.10 NUTRIMOS ALMA, MENTE, CORAZÓN Y CUERPO

Todos los ámbitos de tu ser son importantes y hay que atenderlos en su justa medida.

Escúchalos, siempre te darán información valiosa. Solo ahí tendrás el poder de cambiar si lo necesitas.

“Soy el dueño de mi destino, soy el capitán de mi alma”

Nelson Mandela

“Hay caídas que sirven para levantarnos más sabios y felices”

William Shakespeare

10. ARTISTAS DEL CAOS

Cambiamos para aprender
Aprendemos para progresar.
Orientados al propósito
Saldremos fortalecidos

10.1 APUNTAMOS AL BIEN COMÚN

Hacer las cosas de la misma manera nos deja: comodidad, seguridad, control, certeza, conformismo y estancamiento.

Si queremos resultados distintos, si queremos aprender, progresar y vivir el propósito, necesitamos cambiar: pensar y hacer las cosas de manera diferente.

El cambio implica caos. Salir del *status quo* para atravesar el umbral de incertidumbre, desequilibrio y desconocimiento.

No hay manera de aprender y progresar sin pasar por el caos. El caos sacará lo mejor de nosotras(os) mismas(os). Promueve el caos: ¡amamos el caos!

10.2 ASUMIMOS RIESGOS

- a. Desafiemos supuestos
- b. Desafiemos a la autoridad cuando sea necesario
- c. Tomemos decisiones difíciles
- d. Tensionémonos
- e. Contengámonos

10.3 HABLAMOS A LOS OJOS Y ESCUCHAMOS ACTIVAMENTE

Creemos en la claridad. Por eso te invitamos a comunicarte asertivamente. Es importante verbalizar tus pensamientos y emociones, así como escucharnos entre todas(os).

10.4 GENERAMOS SEGURIDAD PSICOLÓGICA

Es crucial crear un espacio de seguridad psicológica en función de la contención para que todas(os) las(os) integrantes de la manada se puedan expresar libremente y podamos asumir riesgos sin miedo a retaliaciones.

10.5 SABEMOS QUE LO IMPOSIBLE SÓLO CUESTA UN POCO MÁS

Pongámonos desafíos importantes: incomodémonos. Para ello, seamos curiosos por aprender y progresar. No importa cuántas veces nos tropecemos, sino cuantas veces aprendemos de esos errores. Tengamos la esperanza de alcanzar un estado mejor. Y dejemos atrás el conformismo.

“Bellas son las cosas que vemos, más bellas las cosas que sabemos, pero bellas, bellísimas las que ignoramos”

Nicolás Steno

“Dentro de 20 años estarás más disgustado por las cosas que no hiciste que por las que sí hiciste. Así que líbrate de los cabos atados. Navega lejos del puerto seguro. Coge las corrientes de viento con tus velas”

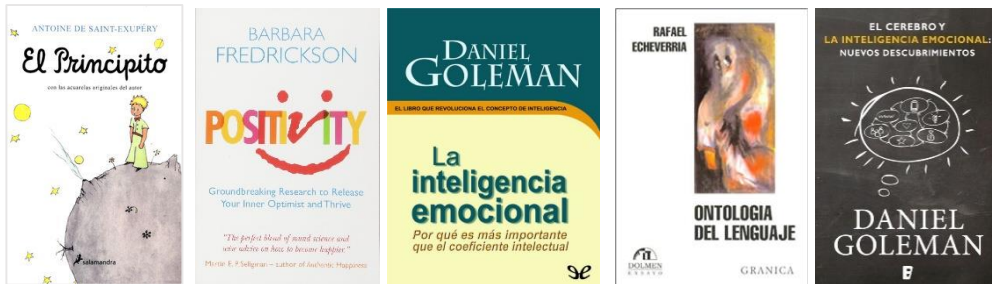
Mark Twain

VIA PARKU
VIA PARKU

11. RECURSOS

1. AMAMOS Y ADMIRAMOS A LOS DEMÁS

Libros:



Películas:



Referentes:

Brené Brown: El poder de la empatía (corto animado)

https://www.youtube.com/watch?v=AyInqn_Hw_E

Atlas of emotions

<http://atlasofemotions.org/#introduction/>

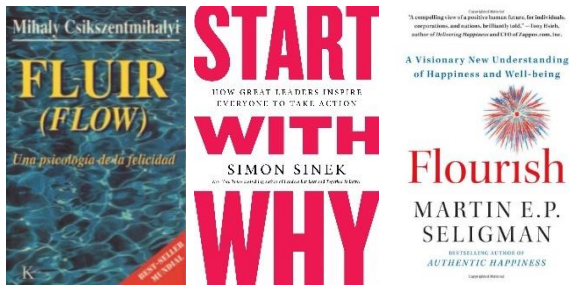
2. BUSCAMOS EL EFECTO ¡WUF, WUF!

Libros:



3. UNAS(OS) APASIONADAS(OS) POR LO QUE HACEMOS

Libros:



Películas:



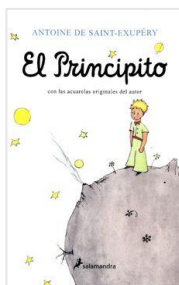
4. NOS REÍMOS MUCHO

Películas:

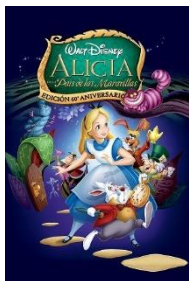


5. DESTACAMOS POR NUESTRA CURIOSIDAD

Libros:



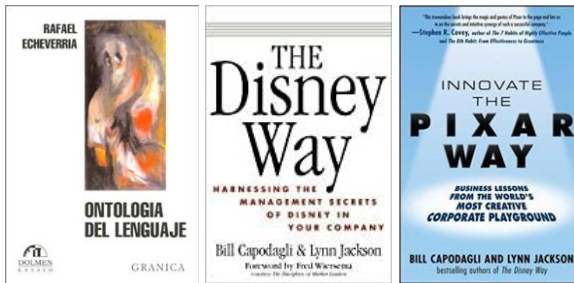
Películas:



VIA PARKU
VIA PARKU

6. AMAMOS HACERLO DISTINTO

Libros:



Películas:



VIA PARKU
VIA PARKU

7. NOS APASIONA LA INTELIGENCIA COLECTIVA

Películas:



Referentes:

Margaret Heffernan: Olvida el orden jerárquico en el trabajo

https://www.ted.com/talks/margaret_heffernan_forget_the_pecking_order_at_work/up-next?language=en

Anita Wooley: Factores que activan la inteligencia colectiva

<https://youtu.be/Sy6-qJmqz3w>

Charles Duhigg: ¿Cómo Google configura su equipo perfecto?

<https://youtu.be/v2PaZ8NI2T4>

Proyecto Aristóteles:

<https://www.buk.cl/blog/proyecto-aristoteles-el-exito-en-los-equipos-de-alto-desempeno>

Groupthink:

<https://open.spotify.com/episode/2Mz2daQLcF4qp7oGPbdVc5?si=s5nMef1vSbukd5DoFAzEpw>

8. CUIDAMOS AL PLANETA Y SU GENTE

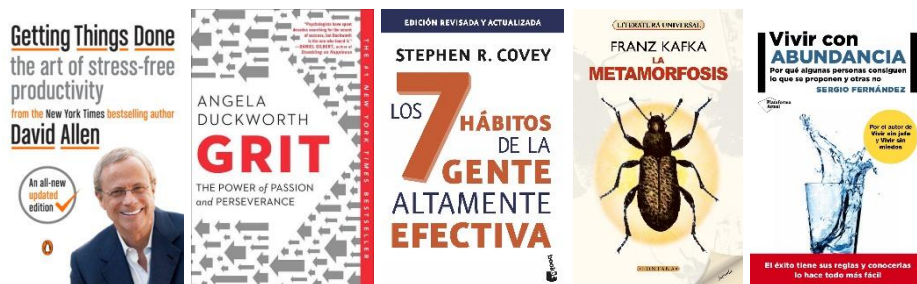
Libros:

Películas:



9. INSPIRADAS(OS) EN SER MEJORES

Libros:



Películas:



Referentes:

Sean Stephenson: La prisión de tu mente

<https://www.youtube.com/watch?v=LHtJkmXnxxU>

Tim Urban: En la mente de un procrastinador

<https://www.ted.com/talks/tim-urban-inside-the-mind-of-a-master-procrastinator#t-6552>

Modelo VIA:

www.viacharacter.org

10. ARTISTAS DEL CAOS

Libros:



Películas:



Referente:

Brené Brown: El poder de la vulnerabilidad

https://www.ted.com/talks/brene_brown_the_power_of_vulnerability?language=en