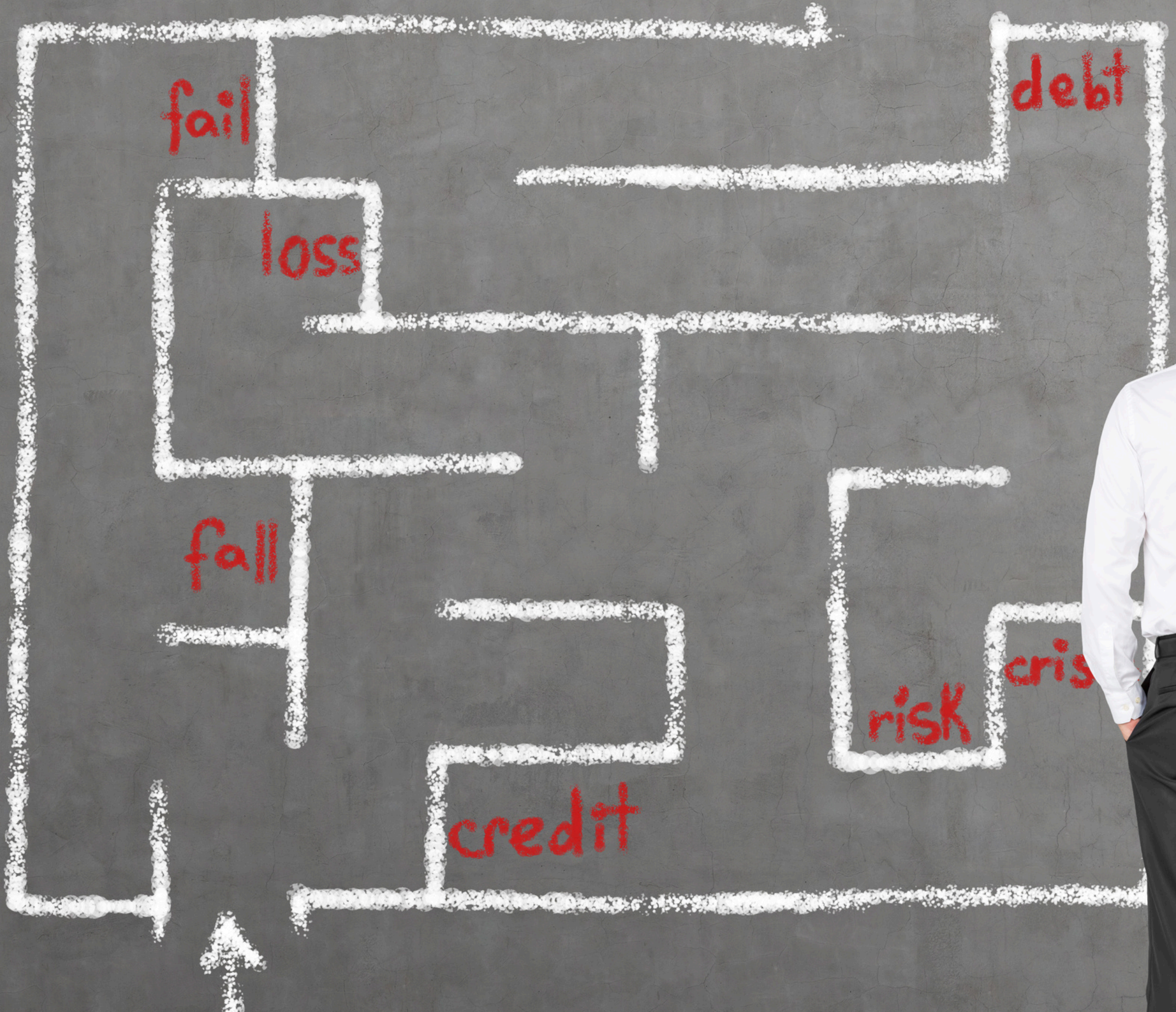




ACOMPANIAMIENTO EMOCIONAL Y ESTRATÉGICO A EMPRENDEDORES

success



COHERENCIA



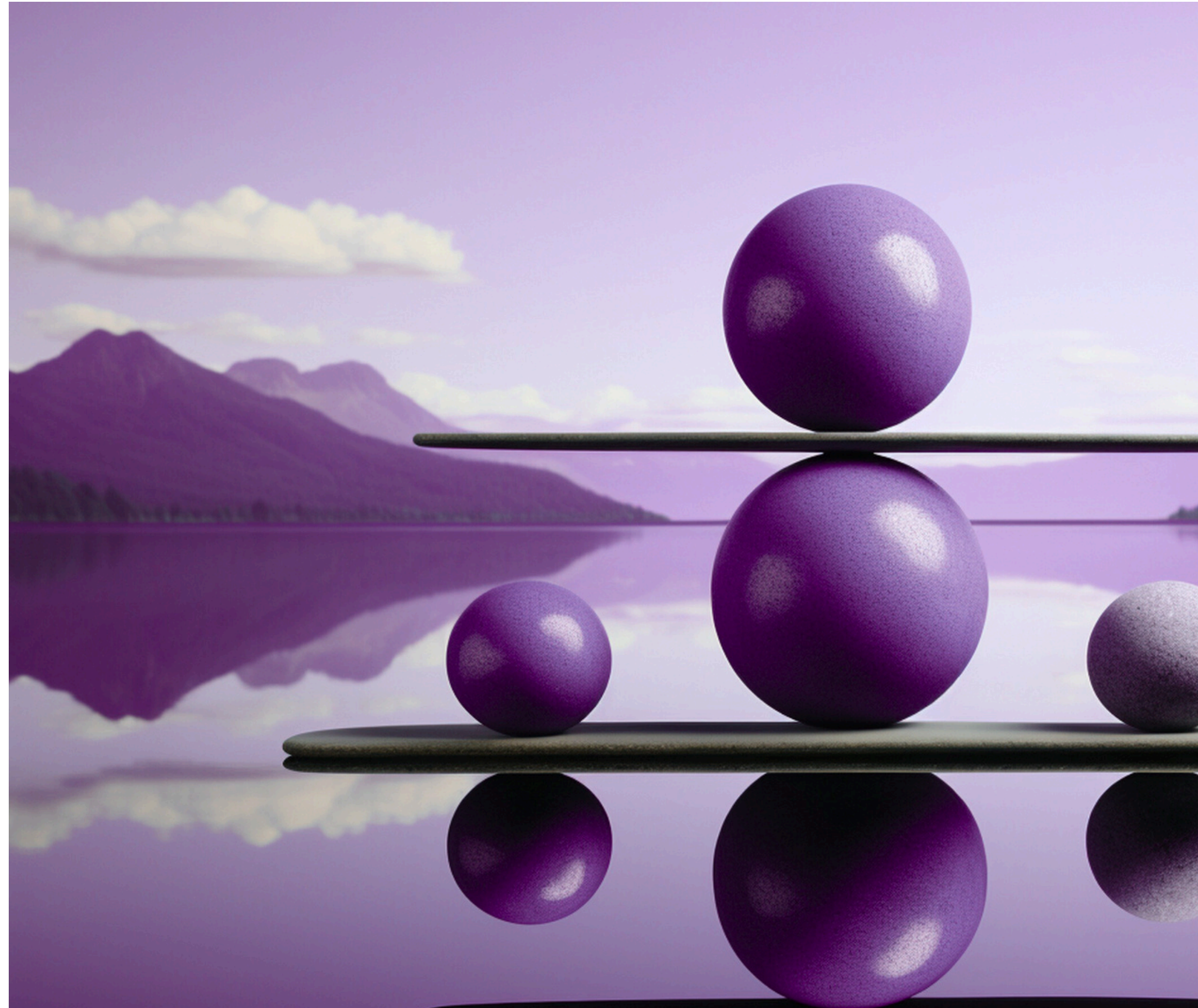
EL MIX DE COHERENCIA

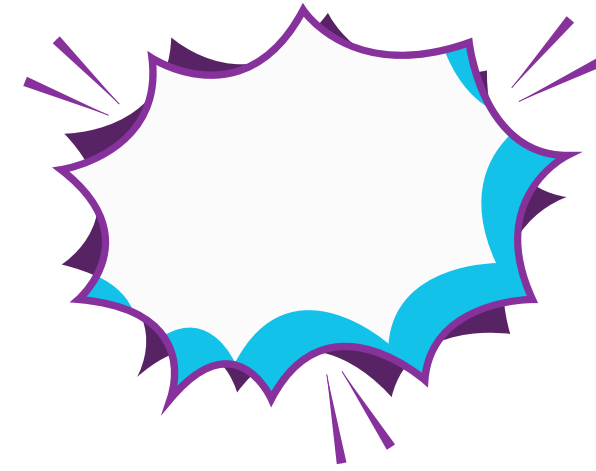
INTERNA

ESTRATÉGICA

EMOCIONAL

COHERENCIA INTERNA





PIENSO - DIGO - HAGO



CÍRCULO DE PREOCUPACIÓN

Fuera de mi control

CÍRCULO DE INFLUENCIA

Depende de mí

CÍRCULO DE INFLUENCIA

Mis palabras
Mis acciones
Mi conducta
Mis ideas
Mi esfuerzo

MIS PENSAMIENTOS
MIS CREENCIAS

CÍRCULO DE PREOCUPACIÓN
Fuera de mi control

CÍRCULO DE INFLUENCIA
Depende de mí

CÍRCULO DE
PREOCUPACIÓN

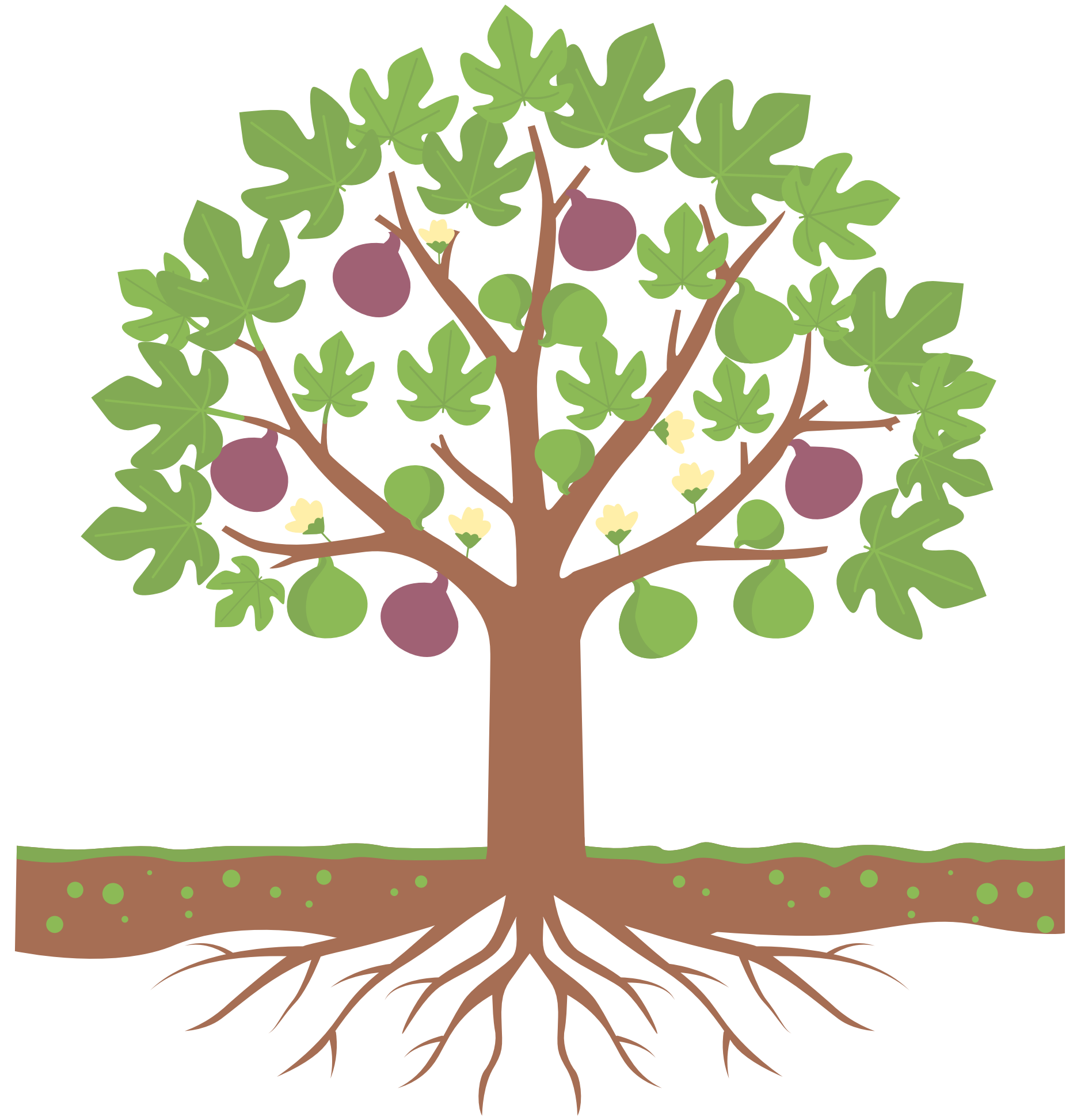
Las palabras de los demás
Las acciones de los demás
Las conductas de los demás
Las ideas de los demás
Los sentimientos de los demás
Los errores de los demás
Los pensamientos de los demás
LOS RESULTADOS
CONCRETOS DE MIS
ACCIONES

OBJETIVOS
↓
RESULTADOS
↓
ACCIONES

EMOCIONES

PENSAMIENTOS

CREENCIAS



CREENCIAS LIMITANTES



Detectarlas



Reemplazarlas

DETECTAR

CREENCIAS LIMITANTES

 Escucha lo que dicen sin pensar

 Qué procrastinan

 Mira tu historia (propia)

 Listado de creencias comunes 

 Creencias de carga

REEMPLAZAR

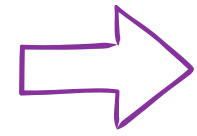
CREENCIAS LIMITANTES



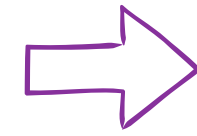
Del pensamiento a la acción



TENER



HACER

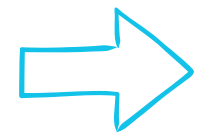


SER

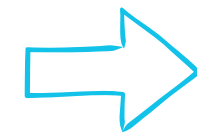


Cuando tenga más clientes, me organizaré mejor y me sentiré seguro.

SER



HACER

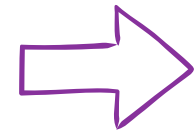


TENER

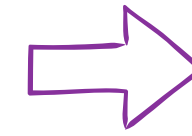


Cuando sea más estructurada, haré mejor seguimiento y tendré más clientes.

TENER



HACER

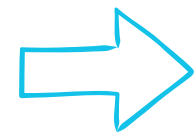


SER

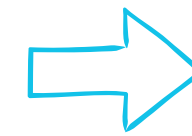


Cuando tenga un negocio funcione, haré cosas grandes y seré más
confiado

SER



HACER



TENER



Cuando sea una persona que confía en su proyecto, haré cosas grandes y
mi negocio funcionará.

TENGO

OBJETIVOS

RESULTADOS

HAGO

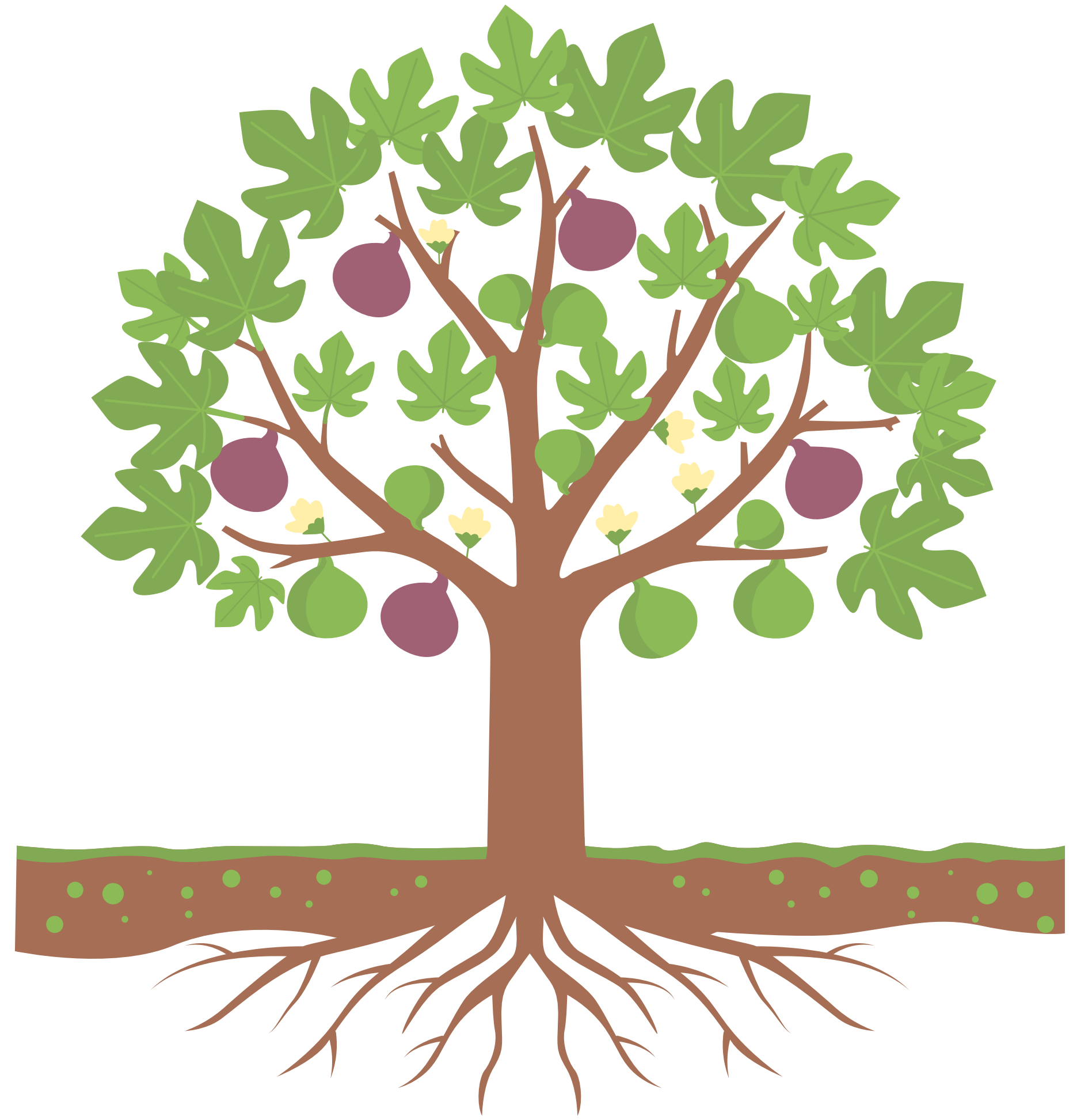
ACCIONES

EMOCIONES

SOY

PENSAMIENTOS

CREENCIAS



OBJETIVOS / RESULTADO

Ganar el Demo Day

ACCIONES

Ensayo 10 veces con público
Pido ayuda a mentores

EMOCIONES

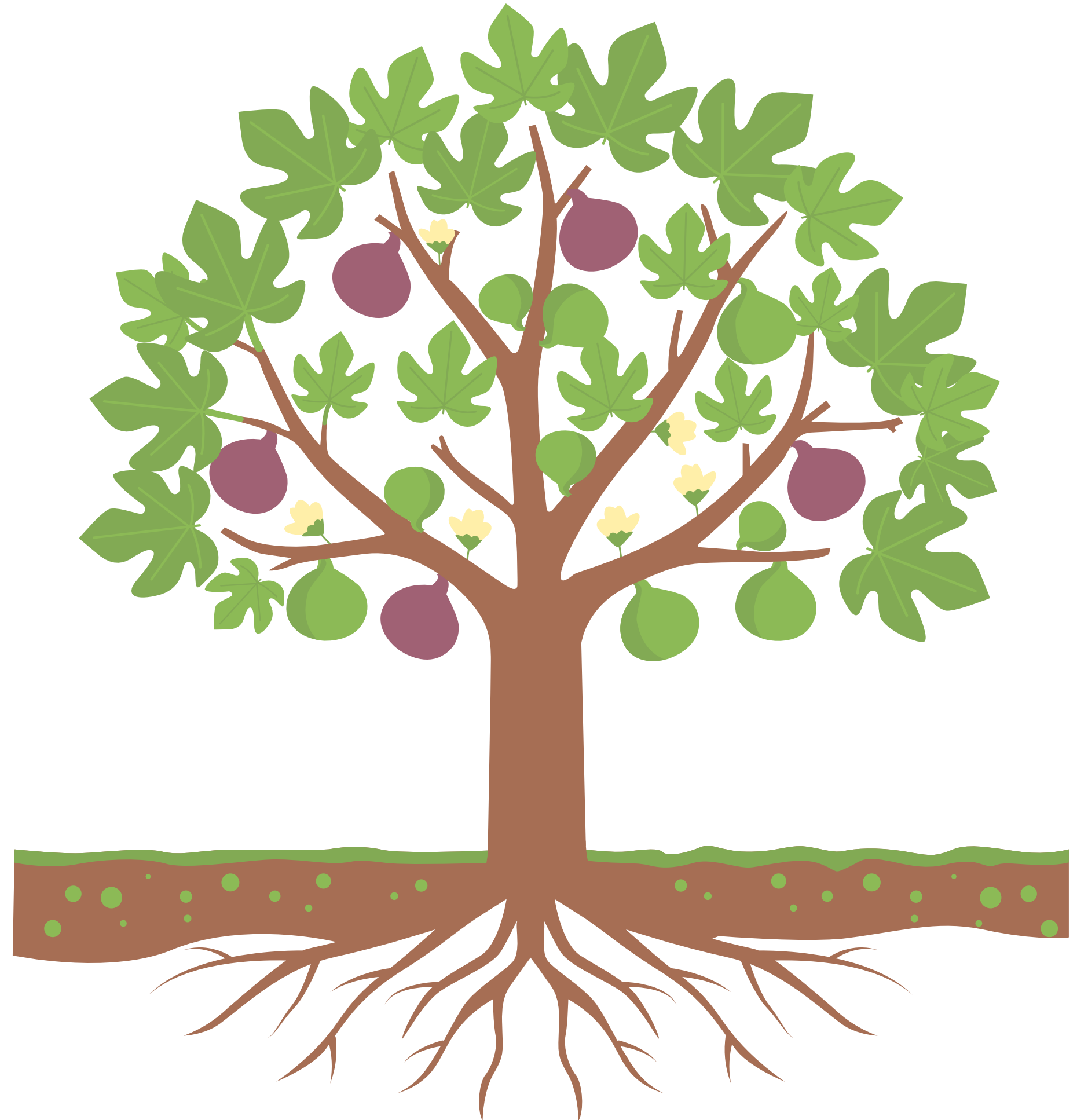
Qué nervios

PENSAMIENTOS

Los otros proyectos son muy buenos
Se me da mal hablar en público

CREENCIAS

Si lo hago mal, me rechazan



OBJETIVOS / RESULTADO

5 clientes nuevos a final de año

ACCIONES

Voy a eventos de networking
Pido referencias a clientes actuales

EMOCIONES

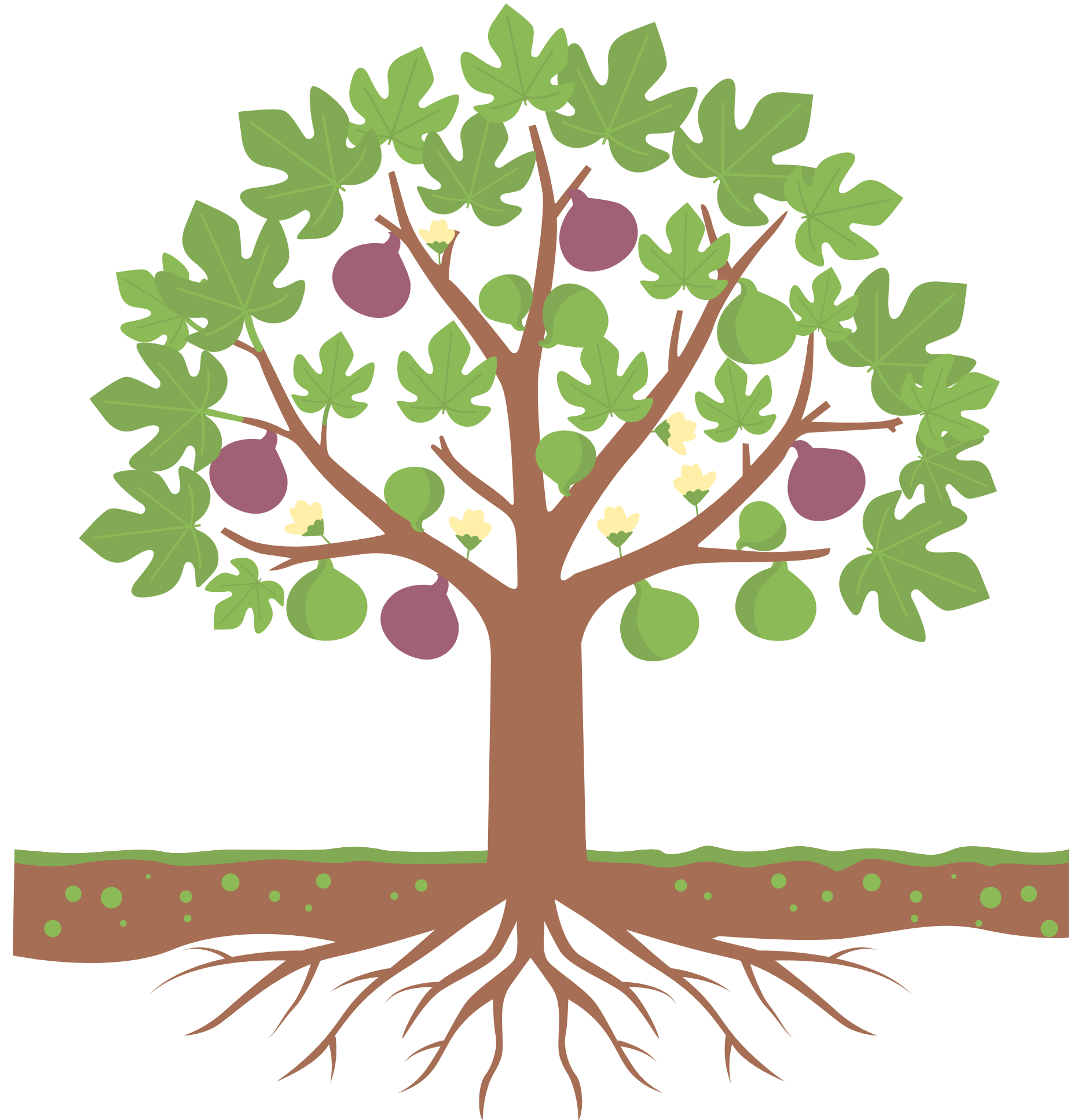
Qué vergüenza

PENSAMIENTOS

No soy bueno vendiendo
Voy a molestar

CREENCIAS

Vender es abusar





S.A.R

Sistema de activación reticular

PON AL SAR A TU FAVOR

- Estoy teniendo el pensamiento de...
Nombra al personaje
- Logros y agradecimientos diarios
- Visualización y escritura
- Háblale bien al SAR

¿CUÁLES ES TU PRÓXIMO OBJETIVO?



Define el resultado



Revisa emociones, pensamientos y creencias

- Del pensamiento a la acción
- "Estoy teniendo el pensamiento de..."
- Logros y agradecimientos
- Visualización / escritura
- Háblale bien al SAR



Define las acciones o próxima acción

COHERENCIA ESTRATEGICA





COHERENCIA EN EL

PLANTEAMIENTO O PLAN

EN EL PLAN

- ✓ Lo que dice el texto = lo que dicen los números
- ✓ Desfase temporal
- ✓ Inversión vs objetivos
- ✓ Promesa vs táctica real
- ✓ Público vs estrategia/canal
- ✓ Propósito vs Modelo
- ✓ Proyecciones vs validación

INVENTARIO DE ACTIVOS



Conocimiento y experiencia aplicada



Red de contactos activa y útil



Recursos materiales



Capacidad financiera



Coherencia interna

**ACCIÓN
SOSTENIDA**

CASO PRÁCTICO



COHERENCIA EMOCIONAL



¿ QUÉ ES UNA EMOCIÓN ?



Respuesta fisiológica momentánea ante un estímulo que interpreto como relevante y me mueve a actuar, no pensar



“El león es un ser inofensivo, no debes tenerle miedo. Sin embargo, la gallina, esa sí es peligrosa, puede acabar con tu vida.”

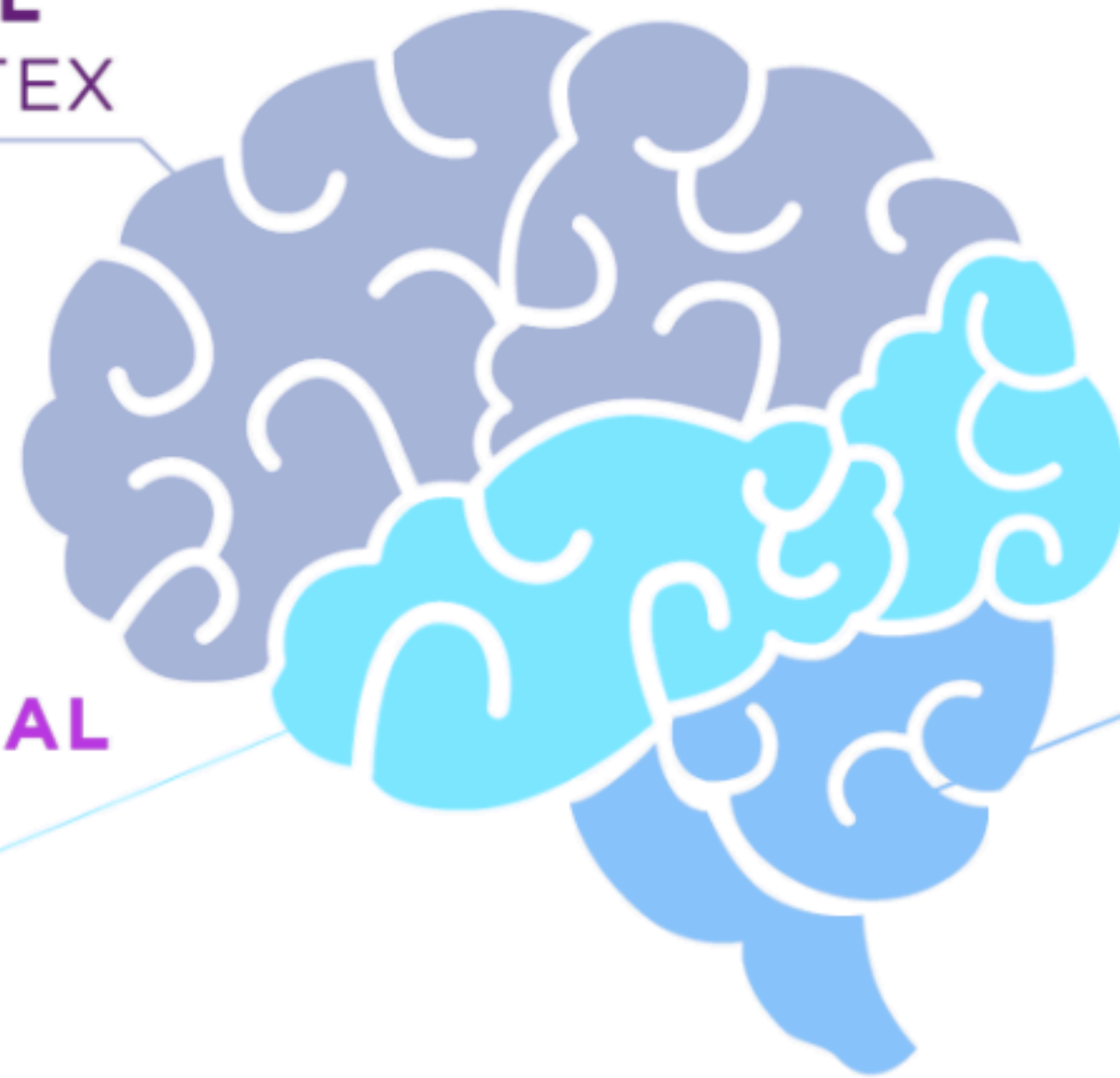
Mamá lombriz.

RACIONAL
NEOCÓRTEX

*Cerebro
Humano*

EMOCIONAL
LÍMBICO

*Cerebro
Mamífero*



INSTINTIVO
TRONCO

*Cerebro
Reptil*



ANIMÓMETRO

Energía / Agrado

MEDIDOR EMOCIONAL

¿Cómo te sientes?

NIVEL DE ENERGÍA Alto ↓ Bajo	RABIOSO	EN PÁNICO	ESTRESADO	AGITADO	CONMOCIONADO	SORPRENDIDO	ALENTADO	FESTIVO	REGOCIJADO	EXTASIADO
	COLÉRICO	FURIOSO	FRUSTRADO	TENSO	ATURDIDO	HIPERACTIVO	JOVIAL	MOTIVADO	INSPIRADO	EXALTADO
	ECHANDO HUMO	ATEMORIZADO	ENOJADO	NERVIOSO	INQUIETO	ENERGÉTICO	ANIMADO	ENTUSIASMADO	OPTIMISTA	EXCITADO
	ANSIOSO	APRENSIVO	PREOCUPADO	IRRITADO	MOLESTO	COMPLACIDO	FELIZ	ENFOCADO	ORGULLOSO	EMOCIONADO
	REPULSIVO	EMPROBLEMADO	INTRANQUILO	DIFÍCIL	ENFURECIDO	AGRADABLE	ALEGRE	ESPERANZADO	JUGUETÓN	DICHOSO
	DISGUSTADO	SOMBRIO	DESEPCIONADO	ABATIDO	APÁTICO	A GUSTO	ACOMODADIZO	CONTENTO	AMOROSO	REALIZADO
	PESIMISTA	MALHUMORADO	DESANIMADO	TRISTE	ABURRIDO	CALMADO	SEGURO	SATISFECHO	AGRADECIDO	CONNMOVIDO
	ENAJENADO	MISERABLE	SOLITARIO	DESCORAZONADO	CANSADO	RELAJADO	FRESCO	DESCANSADO	BENDECIDO	EQUILIBRADO
	DESALENTADO	DEPRIMIDO	HOSCO	EXHAUSTO	FATIGADO	SUAVE	PENSATIVO	EN PAZ	CÓMODO	DESPREOCUPADO
	DESESPERADO	DESESPERANZADO	DESOLADO	AGOTADO	DRENADO	SOÑOLIENTO	COMPLACIENTE	TRANQUILO	ACOGEDOR	SERENO
	← NIVEL DE AGRADO →									
	Bajo									Alto

ACOMPANIAMIENTO EMOCIONAL

DETRÁS DE UNA
EMOCION HAY... ¿?

UNA NECESIDAD

ACOMPANIAMIENTO EMOCIONAL



Validar emoción



Conectar con la necesidad



Aconsejar



Rescatar

SIENTO QUE HAGO MIL COSAS Y NINGUNA TERMINA DE FUNCIONAR

Qué emoción hay detrás

Frustración. Agotamiento

Qué necesidad no atendida

Eficiencia. Dirección clara

Cómo acompañar sin aconsejar ni rescatar

¿Recuerdas alguna situación en la que sí avanzaste fácilmente? ¿Cómo era?

Despierta la memoria de éxito in invalidar la frustración

NO ME ATREVO A SUBIR PRECIOS, NO QUIERO PERDER A MIS CLIENTES.

Qué emoción hay detrás

Miedo

Qué necesidad no atendida

Seguridad. Validación del propio valor

Cómo acompañar sin aconsejar ni rescatar

¿Qué valoras tú cuando eliges a alguien con quien trabajar? ¿Crees que tus clientes podrían pensar parecido?

Desplaza el foco del miedo a la confianza en el intercambio justo.

VEO QUE TODOS CRECEN RÁPIDO MENOS YO.

Qué emoción hay detrás

Frustración. Rabia. Envidia

Qué necesidad no atendida

Reconocimiento y sentido de progreso

Cómo acompañar sin aconsejar ni rescatar

¿Qué cosas te hacen sentir que creces? ¿Cómo aportas valor?

Recupera su métrica interna sin mirar a los demás

CADA VEZ QUE DESCANSO, ME SIENTO CULPABLE.

Qué emoción hay detrás

Culpa

Qué necesidad no atendida

Permiso y equilibrio.

Cómo acompañar sin aconsejar ni rescatar

¿Qué pasa después de descansar? ¿Qué cambia en ti?

Le hace ver la utilidad del descanso, reprograma el sistema de mérito.

ESTOY MUY CONTENTO CON MI PITCH, ME SENTÍ MUY SUELTO.

Qué emoción hay detrás

Satisfacción

Necesidad

Competencia, autoeficacia, reconocimiento interno.

Cómo transitarla sin consejos ni rescate

¿Qué crees que hiciste diferente para sentirte tan suelto?

Así verbaliza qué condiciones o hábitos favorecen su buen rendimiento (y puede repetirlos).

GESTIÓN DEL ÉXITO Y EL FRACASO

AÚN

NO LO HAS LOGRADO



YA

LO HAS LOGRADO



ÉXITO = EXITUS = SALIDA

TESTES

01 Locus de control

02 Perspectiva temporal

03 Sesgo de confirmación

04 Comparación selectiva

05 Narrativa emocional

01. LOCUS DE CONTROL

Interno / Externo

Éxito: factores externos

Fracaso: factores internos

Qué he hecho yo bien

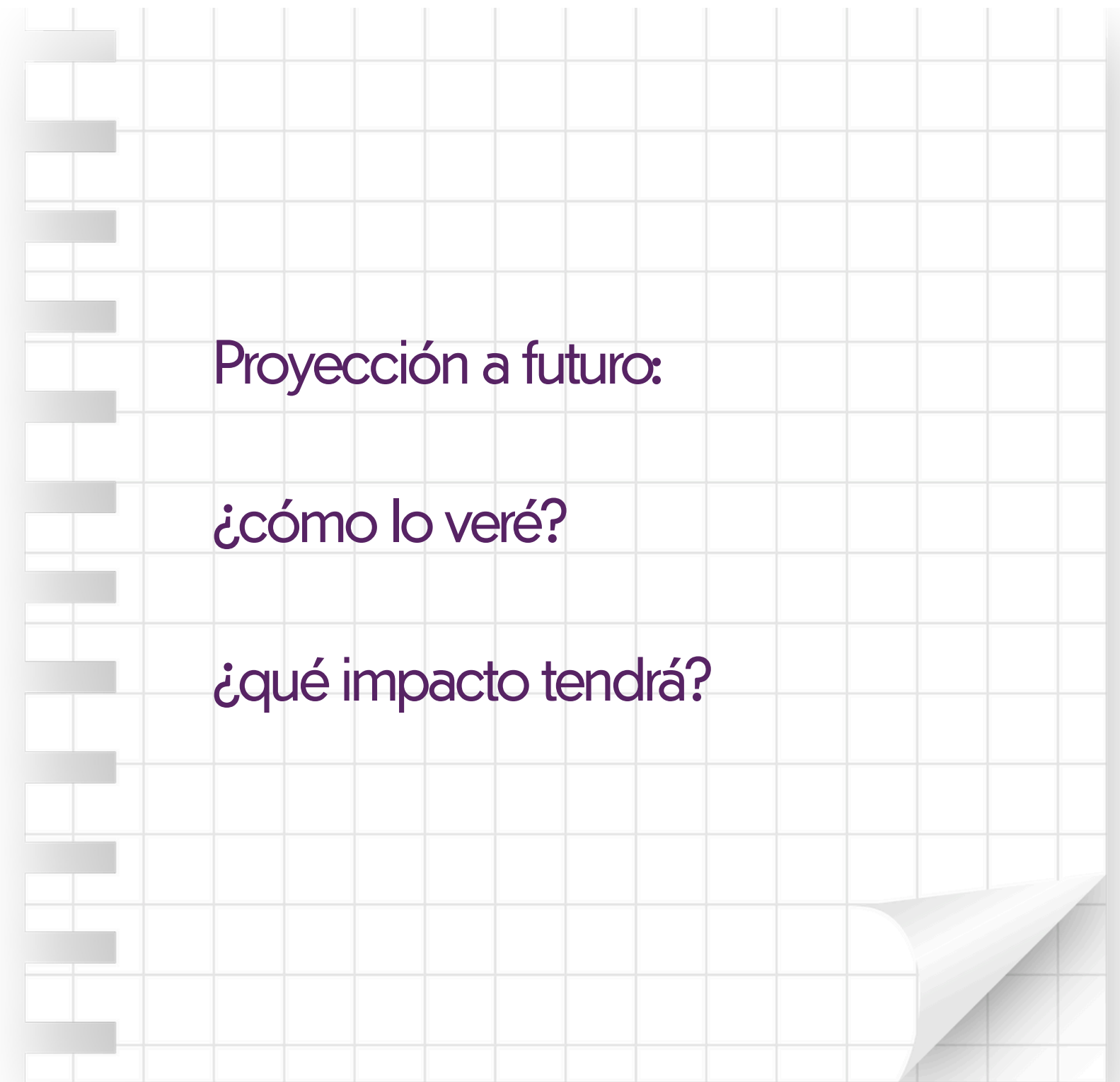
Qué estaba en mis manos que podría haber mejorado

Qué estaba en manos de terceros

02. PERSPECTIVA TEMPORAL

Éxito: posible coste oculto

Fracaso: posible transición



Proyección a futuro:

¿cómo lo veré?

¿qué impacto tendrá?

03. SESGO DE CONFIRMACIÓN

Si te sientes torpe, ves fallos

Si te crees imparable,
ignoras señales de alerta.



¿Qué le dirías a un amigo?

04. COMPARACIÓN SELECTIVA

No comparas condiciones,
recursos, ni etapas,
solo "yo no llego ahí".

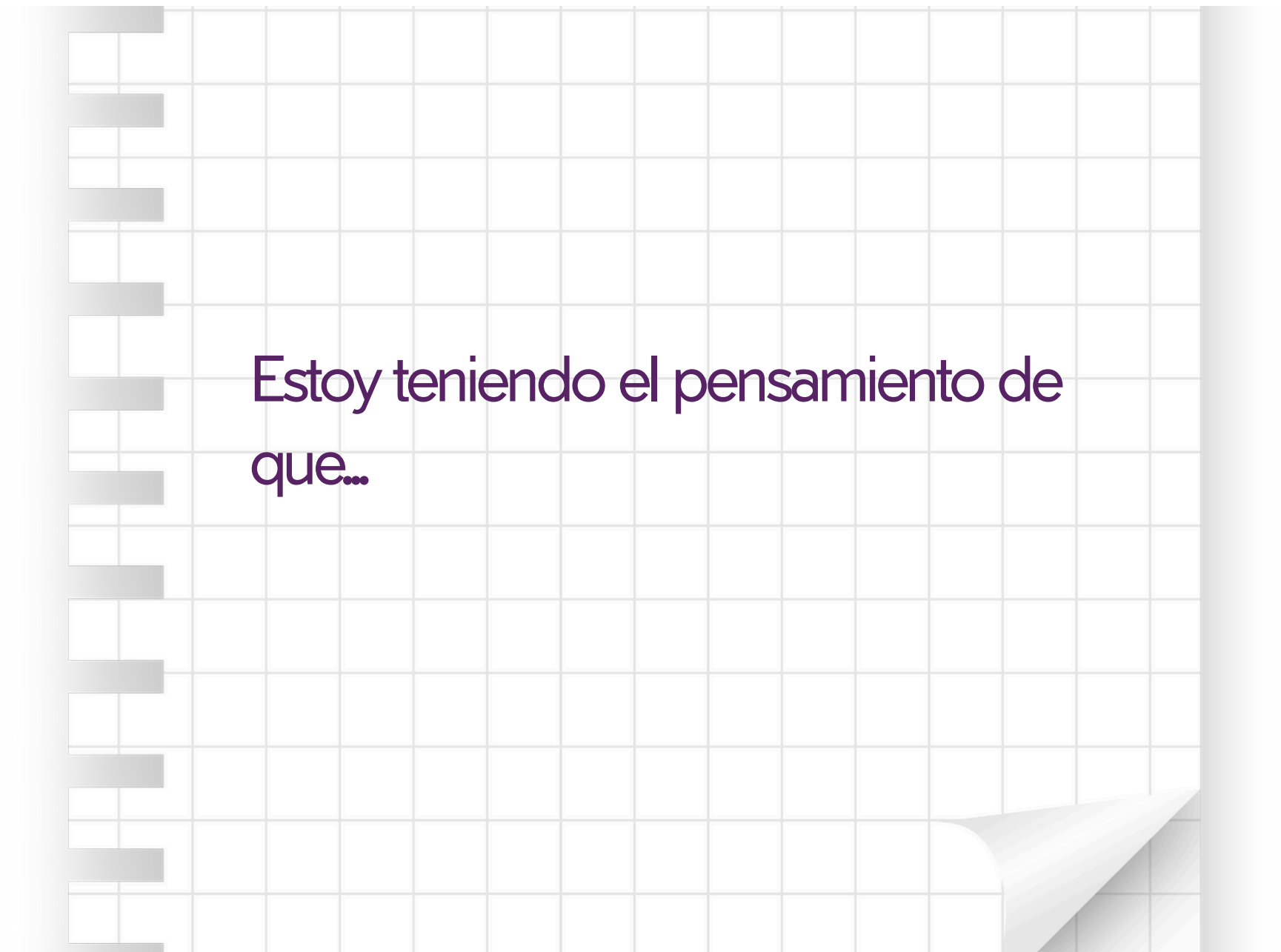
Reconoce que no sabes la historia
completa del otro

Y si empeñas en imaginárla:
¿qué puedes aprender?

05. NARRATIVA EMOCIONAL

Si estás cansado, lo ves
todo mal.

Si estás motivado, ves
oportunidades.



**No es volver a empezar.
Es avanzar con más información.**

3 IDEAS CLAVE

**EL EMPRENDEDOR ESTÁ DENTRO DEL
LABERINTO, TÚ NO,
NO LE DIGAS POR DÓNDE IR: AYÚDALE A VER SU
PROPIO MAPA.**



**LA COHERENCIA ES LA VERDADERA BRÚJULA.
CUANDO PENSAMIENTO, ACCIÓN Y EMOCIÓN
ESTÁN ALINEADOS, EL CAMINO SE ACLARA
SOLO.**





**LAS EMOCIONES NO SON RUIDO, SON SEÑALES.
CADA BLOQUEO TRAE UNA NECESIDAD NO
ATENDIDA.**

success

