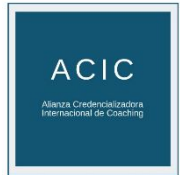
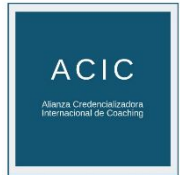
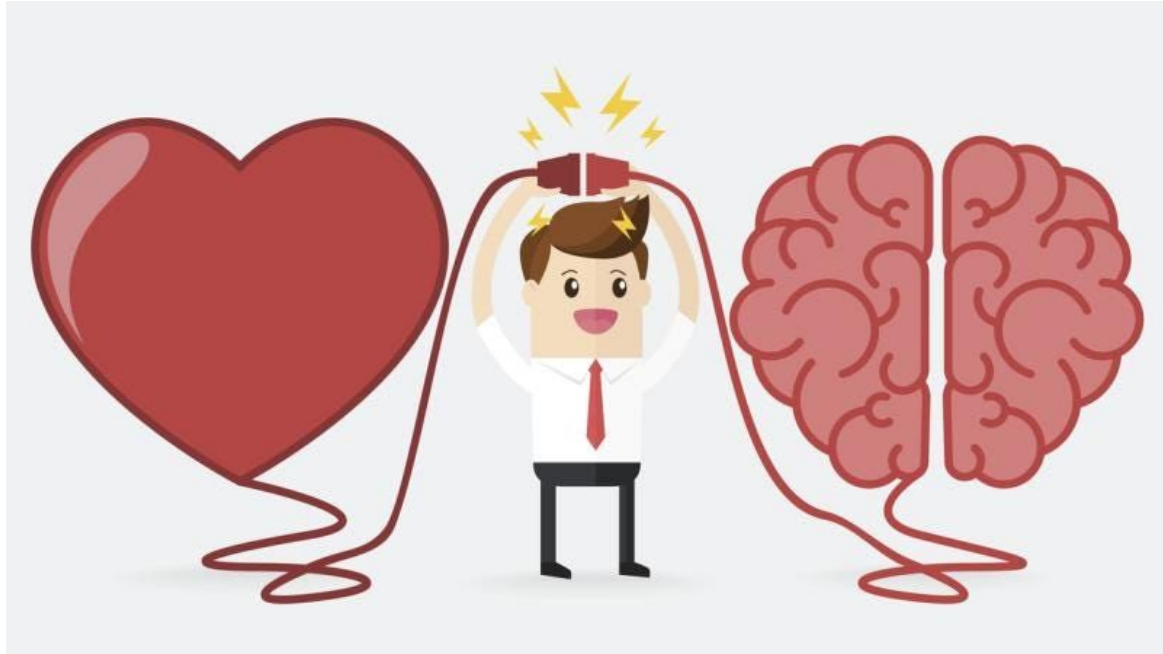


# Coaching Para Emprendedores

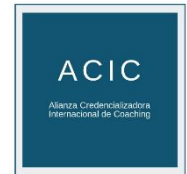


# Habilidades Blandas Críticas



# Habilidades Blandas Críticas

## Las 20 habilidades blandas más importantes



# Habilidades Blandas Críticas

*Organización*

*Negociación*

*Autoconocimiento*

*Habilidades comunicacionales (pedidos, ofertas, promesas).*

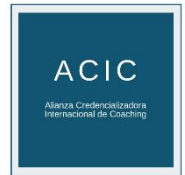
*Escucha Activa*

*Creencias Limitantes*

*Autoestima*

*Creatividad*

*Visión*



# Creencias Limitantes

**CREENCIAS**

Patrones mentales que direccionan mis elecciones moldeando mi realidad

**LIMITANTES**

**POTENCIADORAS**

ACIC

Alianza Credencializadora  
Internacional de Coaching

# Creencias Limitantes

¿Qué creencias están limitando mi negocio?

<b>Necesito millones</b>	<b>No se necesita gran capital</b>
<b>Me haré millonario rápido</b>	<b>Te debes esforzar siempre</b>
<b>Yo lo sé todo y es mi negocio</b>	<b>Debes dejarte ayudar</b>
<b>Esto ya existe, no lo puedo sacar</b>	<b>Puedes diferenciarte e innovar</b>
<b>Contrataré de inmediato</b>	<b>Desarrolla otras habilidades</b>
<b>Correrás riesgos</b>	<b>Saldrás de tu zona de confort</b>
<b>No soy profesional</b>	<b>No necesitas un título</b>
<b>Ya no soy joven</b>	<b>Para emprender no hay edad</b>

ACIC

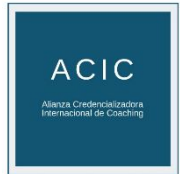
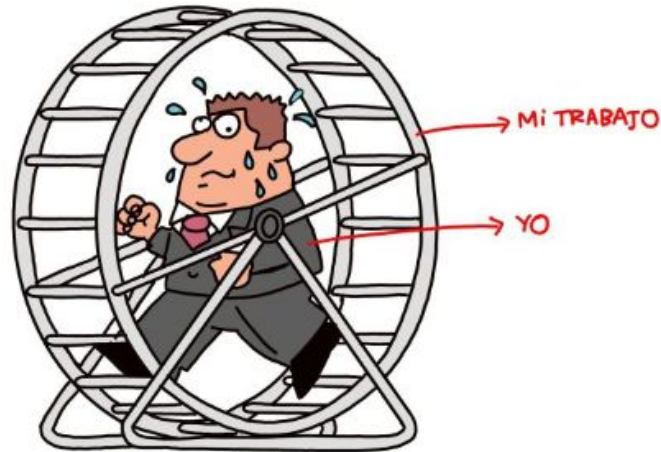
Alianza Credencializadora  
Internacional de Coaching

# Creencias Limitantes



# Autoconocimiento

¿Quién SOY YO si NO SOY  
MI TRABAJO?

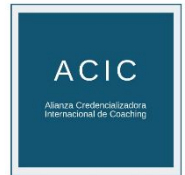




# Autoconocimiento

Capacidad de reconocer en mí, valores, virtudes, reacciones, gestión emocional, habilidades, fortalezas y debilidades.

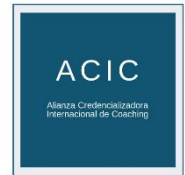
- ¿Cuáles son mis pasiones?
- ¿En cuál soy excelente?
- ¿Cómo gestiono mis emociones básicas?
- ¿Cuál disfruto hacer y qué no, en mi día a día?
- ¿Qué inspiro en los demás?
- ¿De qué estoy orgulloso de mí? ¿Qué admiro de mí?
- ¿Cómo utilizo mi sombra a mi favor?
- ¿Cómo estoy siendo como emprendedor?



# Organización



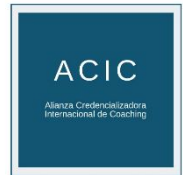
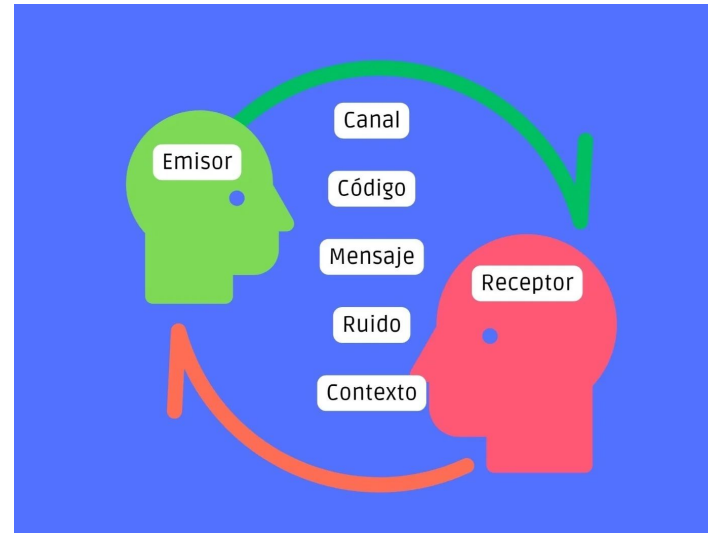
# Gestión del Tiempo



# Habilidades comunicacionales



Acción concreta  
Condiciones de  
satisfacción  
Tiempo  
Contexto y claridad



# Habilidades comunicacionales

**PEDIDOS**

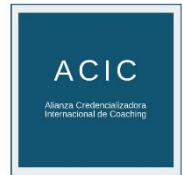
**OFERTAS**

**PROMESAS**

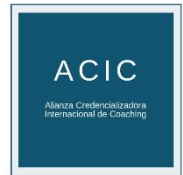
**ACIC**

Alianza Credencializadora  
Internacional de Coaching

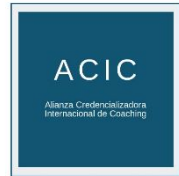
# Habilidades comunicacionales



# Habilidades comunicacionales



# ¿Y ahora?





# Escucha Activa

«Escuchamos no solo con nuestros oídos, sino con nuestros ojos, con nuestra mente, corazón e imaginación».

Carl Rogers



# Escucha Activa

**Empática:** para comprender, centras tu atención en la otra persona

**Apreciativa:** por placer, ejemplo cuando escuchas música

**Comprensiva:** para aprender algo nuevo, como una clase.

**Crítica:** para formar una opinión de lo que alguien más dijo.

**Previa:** la que está en mi mente a juicio de algo que me comentaron sobre un hecho o persona

**Recreativa:** estoy pero no estoy en la conversación

**Activa:** escuchar con todos los sentidos



# Escucha Activa

**Empática:** para comprender, centras tu atención en la otra persona

**Apreciativa:** por placer, ejemplo cuando escuchas música

**Comprensiva:** para aprender algo nuevo, como una clase.

**Crítica:** para formar una opinión de lo que alguien más dijo.

**Previa:** la que está en mi mente a juicio de algo que me comentaron sobre un hecho o persona

**Recreativa:** estoy pero no estoy en la conversación

**Activa:** escuchar con todos los sentidos



# :::AUTOESTIMA: SOMOS LA HISTORIA QUE NOS CONTAMOS



# :::AUTOESTIMA: SOMOS LA HISTORIA QUE NOS CONTAMOS



# :::AUTOCONOCIMIENTO:



- Conocer las partes que componen tu "yo": tus necesidades, tus habilidades, tus defectos, debilidades, emociones, etc.

# :::AUTOCONCEPTO:



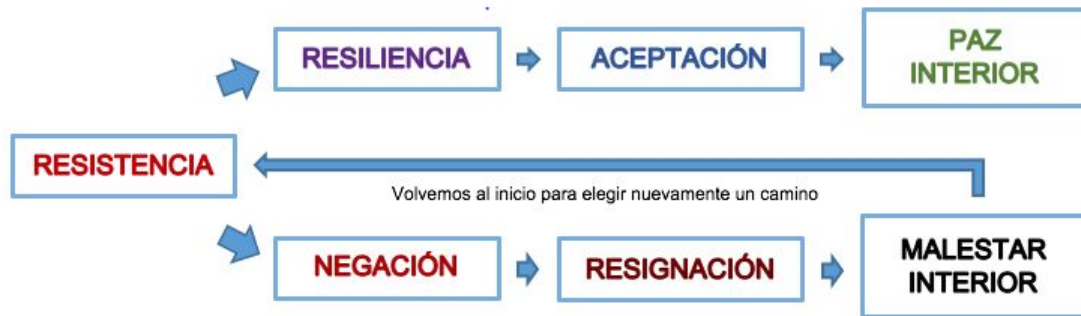
# :::AUTOEVALUACIÓN:





# ::AUTOACEPTACIÓN:

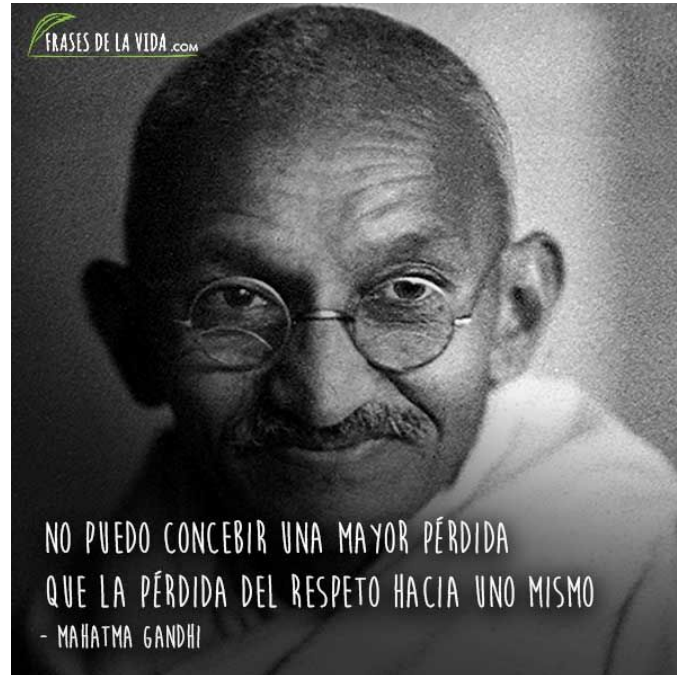
OPCIONES FRENTE A LO QUE NO NOS GUSTA



Querer ser otra persona es un desperdicio de la persona que eres.  
(Marilyn Monroe)

# :::AUTORESPETO:

- DIGNIDAD POR SOBRE NECESIDAD DE APROBACIÓN



# :::AUTOESTIMA: SOMOS LA HISTORIA QUE NOS CONTAMOS

## TÓXICO

- Evade **los problemas**, delega en otros, no se esfuerza y solo cumple con lo mínimo.
- **No se plantea objetivos**, asume que no los va a cumplir.
- Ama la zona de confort, **no explora lo desconocido**.
- Busca aceptación **social**, prioriza lo que puedan decir terceros.
- Sus **relaciones son cómodas, pobres**, sin mayores exigencias. Puede ser **agresivo como defensa**.
- Busca una cumplir con el standard **hegemónico corporal**.
- Su **evaluación de competencias es negativa**.
- Es **perfeccionista por temor a equivocarse**.
- Expertiz en **Autobullying**



## SALUDABLE

- **Problemas = Desafíos**. Tiene confianza para superarlos.
- Se mueve hacia sus **objetivos con esfuerzo**, se nutre al alcanzarlos con la **autoconfianza** de hacerlo.
- Celebra la **vida**, disfruta su tiempo con personas emprendedoras y vitales.
- Escucha atento **a su entorno** consciente de poder recibir críticas, expresa sentimientos libremente.
- Se acepta y acepta al otro, respeta la autenticidad de cada uno.
- Cuida su cuerpo de manera **realista y saludable**.
- **Reconoce sus competencias y limitaciones**, se asume **creador y merecedor**.
- Se anima a vivir nuevas experiencias, se dedica tiempo, es paciente y amoroso.

@soyennovimiento

ACIC

Alianza Credencializadora  
Internacional de Coaching

# ::HERRAMIENTAS

## ÁRBOL DE LOS LOGROS



- Cualidades personales (paciencia, bondad)
- Cualidades sociales (empatía)
- Cualidades intelectuales (buena memoria)
- Cualidades físicas (atractivo)
- Logros

Dibujar un árbol: los frutos son sus logros y las raíces sus virtudes

