

Guía para focalizar la
atención para incrementar
la madurez de cada estilo



L I D E R L A B

EXTROVERSIÓN – RITMO RÁPIDO



Enfocado en la solución de problemas y obtención de resultados.



Enfocado en los procedimientos, protocolos y estándares de calidad.

TAREA – PENSAMIENTO DIVERGENTE

Innovador Iniciador Emprendedor Estratega Audaz Rápido Visión de futuro Ágil Resolutivo Decidido	Social Motivador Entusiasta Autoconfianza Integrador Comunicativo Promotor de ideas Persuasivo Influenciador Optimismo
Analizador Investigador Seguir los procesos Cumplidor Disciplina Organizador Detallista Diplomático Estructurador Planificador	Trabaja en equipo Estabilizador Conciliador Empatía Escucha Servir Colaborador Cumplir el plan Adaptabilidad Armonizador

INTROVERSIÓN – RITMO PAUSADO



Enfocado en los vínculos interpersonales y en la expresión de emociones.



Enfocado en el mantenimiento del ritmo constante y la estabilidad.

RELACIONES – PENSAMIENTO CONVERGENTE

**Guía para focalizar la atención para
incrementar la madurez de cada estilo**

D ALTA



- Tome conciencia de su impaciencia, del aburrimiento o de la rabia cuando la esté experimentando
- Permítase sentir la impaciencia, el aburrimiento o la rabia sin querer resolverla con una acción impulsiva
- Cuando hable hágalo dándose cuenta de las oportunidades que deja para que los demás participen
- Cuando se sienta impulsado para actuar deténgase y pregúntese para qué estoy haciendo esto y cuáles van a ser sus consecuencias
- Actúe siendo consciente de lo que hace
- Observe la calidad de sus resultados cuando actúa muy rápido sin prestar atención a los detalles
- Cuando actúe hágalo dándose cuenta de las oportunidades que le da a los demás para colaborar y aportar
- Hable comprendiendo el efecto de sus palabras en las demás personas
- Ofrezca activamente oportunidades a los demás para que se expresen y aporten
- Complemente su visión de futuro y estratégica con los aportes de expertos
- Tome en consideración las opiniones de los demás para fortalecer una visión compartida
- Hable tomando conciencia de su lenguaje corporal
- Realice coaching para profundizar en su mundo interior
- Organice espacios creativos con el equipo y permita que el liderazgo se rote
- Tome conciencia de sus motivaciones profundas frente a su determinación e independencia personal

D BAJA

- Tome conciencia de su pasividad para afrontar los nuevos retos
- Preste atención a su nivel de energía para afrontar los desafíos y obtener resultados
- Tome conciencia de su nivel de determinación y seguridad personal al enfrentar nuevos problemas
- Preste atención al nivel de detalles con el que afronta las tareas
- Cuando asuma una actitud pasiva frente a un problema pregúntese a qué le tiene miedo y cuáles van a ser las consecuencias de su falta de acción
- Observe su ritmo en la obtención de resultados
- Cuando actúe hágalo dándose cuenta de las oportunidades que aprovecha para tomar la iniciativa y aportar sus ideas
- Observe su forma de comunicar su punto de vista
- Cuando hable tome conciencia de su sensación interna
- Pida ayuda si necesita fortalecer alguna competencia técnica o de liderazgo que fortalezca su desempeño
- Organice espacios reflexivos con el equipo y asuma el liderazgo
- Tome conciencia de sus motivaciones profundas frente a su actitud complaciente

DOMINANTE

Enérgico, independiente,
orientado a resultados,
creativo, ambicioso.



I ALTA



- Tome consciencia del tiempo que invierte en las relaciones sociales vs el que invierte en los aspectos de la tarea que le desagradan o le aburren, pero que son claves para que logre sus metas
- Sea consciente de cómo administra el tiempo en su día a día
- Tome consciencia de la sensación de aburrimiento cuando la esté experimentando
- Permítase sentir el aburrimiento sin actuar de forma impulsiva
- Observe qué aspectos toma en cuenta de los demás cuando deposita su confianza en ellos
- Observe qué aspectos toma en cuenta de usted mismo y del factor tiempo cuando se compromete o hace una promesa
- Antes de delegar tareas o asignar objetivos valide que la persona tenga las competencias necesarias y el tiempo suficiente para lograrlas con éxito
- Preste atención a la cantidad y calidad de información que revisa para tomar una decisión
- Ponga en una balanza los pros y los contras de sus ideas antes de actuar
- Haga una lista de los indicadores que toma en cuenta para evaluar y supervisar su desempeño y el de los demás
- Genere alianzas o acompañese de expertos técnicos y consúltelos antes de tomar una decisión relevante
- Preste atención a la forma en cómo se organiza en el día a día y cómo cumple con sus deberes y compromisos
- Hable dándose cuenta de lo que dice, de cuánto tiempo habla en cada conversación y de cuánto tiempo le permite a los demás participar
- Preste atención a su necesidad de auto promoverse cuando se siente bajo presión
- Tome consciencia de sus motivaciones profundas frente a su necesidad de socializar

I BAJA



- Tome consciencia de su nivel de tensión interna al momento de socializar con personas desconocidas
- Preste atención a su nivel de exigencia para demostrar confianza en alguien
- Sea consciente de la información que necesita tener para sentirse seguro
- Observe su actitud en situaciones sociales en particular con desconocidos
- Dese cuenta de cómo maneja su espontaneidad cuando no conoce el ambiente
- Reflexione sobre su receptividad frente a los extraños
- Evalúe la importancia que tiene en su desempeño el aspecto social
- Tome consciencia de su capacidad para ser flexible
- Observe su nivel de exigencia al momento de delegar
- Preste atención a la cantidad de información que revisa para sentirse seguro en una decisión
- Pregúntese cuánto confía en usted y en su intuición al momento de relacionarse y tomar una decisión
- Fortalezca sus habilidades relacionales a través de coaching o mentoría
- Observe su variedad y dinamismo social en el día a día
- Tome consciencia de sus motivaciones profundas frente a su necesidad de ser objetivo

S ALTA

SERENO

Paciente, reflexivo, estable,
poca expresivo, modesto,
amable, sabe escuchar.

- Tome conciencia de sus inseguridades y del miedo a incomodar a los demás con sus emociones y necesidades
- Permítase sentir sus inseguridades y vulnerabilidad, acéptelas y no luche contra ellas
- Tome conciencia de las veces que participa en una conversación o toma la iniciativa
- Dese cuenta de sus motivaciones profundas cuando se mantiene imparcial frente al conflicto
- Preste atención de la actitud que asume frente al cambio
- Revise qué rol asume cuando tiene que defender sus ideas
- Observe su necesidad de esperar indicaciones para actuar
- Reflexiones sobre su dificultad para actuar de forma autónoma o sin el acompañamiento del equipo
- Observe sus constantes dudas antes de decidir y pasividad
- Tome conciencia de su actitud frente a las personas desconocidas
- Preste atención a su visión de detalle
- Analice su actitud frente al futuro y a lo global
- Consulte con expertos en crecimiento, expansión y cambio para apoyarse en su rol de líder
- Mida el tiempo que invierte en obtener los resultados o alcanzar los objetivos

S BAJA

- Tome conciencia de su necesidad de cambiar por cambiar
- Permítase sentir su tensión interna, impaciencia y estado de alerta de base que le inclina a trabajar bajo presión
- Dese cuenta de sus motivaciones profundas al momento de promover cambios
- Preste atención de la actitud que asume frente a la rutina
- Reflexione sobre sus creencias sobre la estabilidad
- Revise su actitud argumentativa
- Observe la forma en la que toma decisiones
- Preste atención a su inclinación hacia la intensidad, dinamismo o ritmo acelerado
- Tome conciencia de su actitud frente a las relaciones profundas y duraderas
- Preste atención a su actitud frente a los detalles y a las tradiciones
- Dese cuenta de cuánto escucha con verdadera atención y empatía

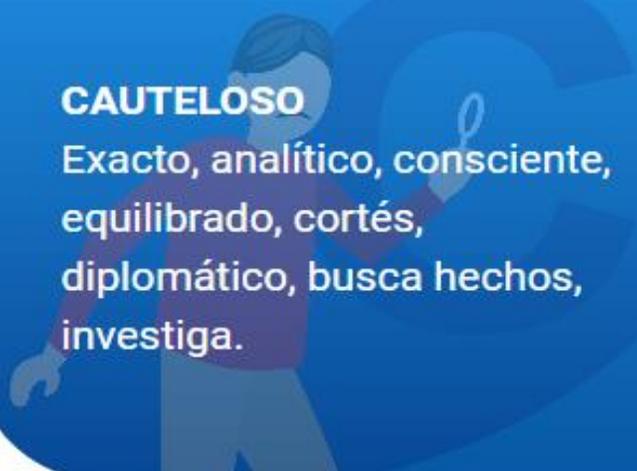
SERENO

Paciente, reflexivo, estable,
poca expresivo, modesto,
amable, sabe escuchar.

C ALTA

CAUTELOSO

Exacto, analítico, consciente,
equilibrado, cortés,
diplomático, busca hechos,
investiga.



- Tome conciencia de su miedo a equivocarse y del miedo a la crítica
- Permítase sentir el miedo sin tomar ninguna acción, no se resista, acéptelo
- Observe su actitud cuando las personas se equivocan o están confundidas
- Preste atención a la forma en cómo asume las diferentes expresiones emocionales de las personas a su alrededor
- Hable dándose cuenta de cómo lo hace y del efecto que causa en los demás
- Tome conciencia de su comportamiento rígido, muy formal y diplomático aun en ocasiones que no lo ameritan
- Observe la cantidad de información que revisa antes de tomar una decisión
- Dese cuenta del nivel de minuciosidad que maneja en la realización de la tarea
- Observe cómo bloquea sus emociones en el día a día y limita su espontaneidad
- Tome conciencia de sus motivaciones profundas en su búsqueda de la perfección y esmero por la calidad
- Cuando se sienta impulsado a corregir o criticar a alguien deténgase y pregúntese de qué otra forma puedo ayudar a esta persona a mejorar su desempeño
- Observe la forma en que celebra los logros con sus compañeros y colaboradores
- Preste atención a los tipos de mensajes que comunica a sus colaboradores y el efecto que genera

C BAJA

CAUTELOSO

Exacto, analítico, consciente, equilibrado, cortés, diplomático, busca hechos, investiga.

- Tome consciencia de su actitud frente a las normas y los procesos
- Cuantifique las equivocaciones que comete cuando pasa por alto detalles relevantes
- Observe su relación con la autoridad
- Revise la forma en cómo toma las decisiones importantes
- Tome consciencia del papel de sus deseos e impulsos en sus decisiones
- Preste atención a la ansiedad que le produce sentirse limitado por los protocolos
- Experimente la ansiedad, permítala y espere a que pase el impulso de actuar. Vuelva a revisar su decisión
- Actúe dándose cuenta de cómo realiza la tarea y de la calidad de sus resultados
- Observe cómo maneja sus emociones en el día a día y cómo favorece o no el logro de resultados de calidad
- Tome consciencia de sus motivaciones profundas cuando actúa con exceso de flexibilidad y de forma poco convencional
- Cuando se sienta impulsado a actuar sin tomar en cuenta los estándares y procesos formales pregúntese si esto afectará la calidad de los resultados

Sigamos en contacto



L I D E R L A B



@lucygalota

lucygalota@liderlab.org



@somosliderlab



+58 4147299169

www.liderlab.org



L I D E R L A B