

LA COMPETENCIA: está más cerca de lo que crees... y Cómo Erradicarla

Ejercicio de Exploración para Comprender Tu Competencia

Te invito a participar, pero antes te tengo una pregunta:

¿Tienes Espíritu Aventurero?

Te pregunto porque como bien sabes los Emprendedores Exitosos están dispuestos a "salir de sus áreas de confort," están dispuestos a probar algo diferente, aunque sea "extraño" ¿y tú?

Está es tu oportunidad, haz la prueba y dime lo que descubres. ¡Te sorprenderás!

Sígueme:

Como todo emprendedor, tienes una lista de ítems que debes hacer, donde apuntas las acciones que debes tomar en tu emprendimiento, en tu vida...

¿Qué es lo primero que haces cuando completas una de esas acciones?

¿Qué te dices a ti mismo?

Si eres como el 95% de mis Coachees y Estudiantes esto es lo que dices (en tu mente o en voz alta):

"No puedo creer que tardaste tanto tiempo en completar ese..."

"¡Finalmente! Mira todo lo que queda por hacer..."

"Has perdido tanto tiempo procrastinando y distrayéndote para hacer ¿ESO...?"



¿Cómo te sientes cuando dices estas frases?
¿Qué tan inspirado te sientes para continuar tomando acción?

Toma un momento y considera estas preguntas...

Y escribe tus reacciones aquí:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Si eres como el 95% de mis Coachees y Estudiantes tus frases serán mayormente negativas...

Considera que:

Cuando nos hablamos de esa manera, negativamente, nuestro sistema nervioso se contrae, sentimos – consciente o subconscientemente – el juicio, la crítica y respondemos procrastinando y distrayéndonos aún más, hasta sabotearnos sin darnos cuenta.



Quiero ilustrarlo lo que sucede con una historia:

José tenía 8 años y estaba en su práctica de fútbol, sus compañeros estaban practicando, pero él estaba sentado en el banco, cabizbajo...

El coach lo llamó diciéndole:

“¡¡¡Tú, ven aquí a practicar a ver si alguna vez haces algo bueno!!!”

José se levantó muy despacio y arrastrando los pies llegó a la cancha.

El coach le dijo:

“A ver si puedes hacer un gol, aunque sé que no lo harás, tu padre me pidió que te diera una oportunidad...”

Sé que no eres bueno en esto pero que puedo hacer...

No tienes fuerza en tus piernas, espero que seas bueno para alguna otra cosa...

¡¡¡VAMOS INTENTALO!!!” – concluyó gritando

Como te imaginarás José pateó la pelota que fue a parar fuera de la cancha increíblemente lejos del arco.

Un día en el que llovía a cántaros, José fue a entrenar y notó que había un coach diferente.

Al acercarse, este le dijo:

“Hola José, soy Pedro, estoy remplazando a tu coach porque está enfermo.”

Como estaba lloviendo no había tantos muchachos como en otros entrenamientos, y el coach tuvo más tiempo para dedicar a José.

Cuando fue su turno de practicar el tiro al arco, el coach se acercó a José, que como siempre estaba cabizbajo y arrastrando los pies, y le dijo:

“Imagina que eres el Capitán del equipo, veo que con tus piernas delgadas puedes correr como el viento. Seguramente eres ¡tan ágil que no te ven cuando esquivas a los otros jugadores y llegas cerca del arco para hacer tu gol!



Veo tu determinación y compromiso, después de todo eres uno de los pocos que está aquí con esta lluvia...

¡Qué GOLAZO harás! ¡Puedo verlo!"

José irguió sus hombros, levantó su cabeza y le dio una patada formidable a la pelota...

No, no acertó... Sin embargo, el coach le dijo:

"Estuviste muy cerca, ¡sé que el próximo será aún mejor! ¡Inténtalo, tengo FE en Ti!"

Esta vez José hizo el ¡¡¡primer GOL de su VIDA!!!

Te cuento que el coach suplente no sabía que José era un "mal jugador" y por ende esperaba lo mejor de él – así también como de todos los muchachos del equipo. Era un coach positivo y motivador, mientras el coach anterior era un... "¡Bully!"

Ahora pregúntate:

¿Qué clase de coach interno tienes?

¿Cuál prefieres para ti?

Si realmente eres sincero contigo, ¿Eres un coach motivador, positivo o un "bully"?
Cuando nos hablamos con palabras positivas, nos alentamos, nos animamos...

CELEBRAMOS cada acción nuestro cerebro nos pide más celebración y sabemos que cuanta más acción tomamos, más celebraremos...

¿Puedes ver por qué el CELEBRAR es crucial para el éxito de tu emprendimiento, de tu vida?

¿Te das cuenta lo importante de celebrar cada acción?



Debo mencionar algo FUNDAMENTAL cuando se trata de celebrar:

Cuando hablo de celebrar no se trata de hacer algo extraordinario, hacer una fiesta con 100 invitados – aunque eso no está mal...

Te hablo de algo simple y, sin embargo, poderoso como:

- Poner tu canción favorita y moverte al ritmo
- Tomarte unos minutos y leer tu libro favorito al sol
- Llamar a un amigo y contarle lo que lograste
- Decirte a ti mismo: “¡¡¡Eres un campeón/a, una maravilla, lo has hecho!!!”
- ¿De qué otras pequeñas maneras puedes celebrar tus acciones en el día a día?

Escribe 10 maneras en las que puedes CELEBRAR-TE:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

