El Autoliderazgo tiene que ver con hacer que las cosas sucedan en tu vida en lugar de esperar que las circunstancias u otras personas intervengan en ello, se trata de habilitar y usar tus recursos internos para establecer y lograr tus objetivos.

En esta entrega te comparto una herramienta que si la internalizas y la aplicas, podrás influir positivamente en tus resultados.

SER, HACER, TENER...

Si queremos TENER algo en la vida, necesitamos HACER algo para conseguirlo. Si buscamos riqueza, debemos producir. Si queremos amor, tenemos antes que darlo nosotros. Si deseamos respeto, debemos ganarlo con nuestros actos, día a día.
No importan las circunstancias, deberemos HACER algo si aspiramos a TENER algo. Pero, HACER no es el único requisito para TENER.
Tenemos que SER la clase de persona que tiene las cosas y la vida que nosotros queremos tener. Necesitamos desarrollar nuestra identidad, ideas y valores acordes al tipo de persona en la que aspiramos convertirnos una vez alcanzados nuestros objetivos.

VISUALIZA...

Tómate un tiempo para tí y realiza este pequeño pero poderoso ejercicio. En un lugar tranquilo, sentad@, cierra los ojos e imagínate a ti mism@ en el futuro, ¿CÓMO ERES? ya habiendo logrado eso que deseas. Fíjate en detalle, en estos tres elementos claves:

PIENSO - qué cosas piensas en ese momento que ya alcanzaste tu objetivo... recrea la escena en tu mente, cómo piensas y qué te dices a ti mism@.

HAGO - qué cosas estás haciendo en concreto, cómo actuas, qué compartamientos tienes. Visualízate a ti mism@, cómo si te vieras en una película.

LOGRO - una vez que ya alcanzaste ese objetivo o eso que anhelas en ese futuro, que estás logrando con eso, ese objetivo una vez cumplido, a su vez qué te está permitiendo obtener.

Toma nota de todo lo que haya llegado a tu mente y al menos por un instante ten plena consciencia de esto: si lo puedes imaginar lo puedes hacer, sólo necesitas convertirte en quién necesitas SER y luego HACER en función de eso, para TENER lo que quieres.

ACCIONA...

- ¿Cúal es el paso más pequeño que puedes hacer inmediatamente que te lleve en la dirección de tus principales objetivos? (Por ejemplo: hacer una llamada telefónica, concertar una cita, buscar información en internet, inscribirte en un curso, hablar con alguien, etc...).

- ¿Cuál es el paso más "grande" que decides dar INMEDIATA□MENTE para alcanzar tu objetivo? (Por ejemplo: tomar una decisión importante, echar a la basura en este momento la comida que tienes en casa que perjudica tu salud, regalar algo que ya no necesites, etc...).