

Coachingparamujeres.es newsletter



- ¿A quién le interesa el éxito?
- Es femenino pero no es estratégico
- Todavía hoy espantan y amenazan las mujeres formadas y decididas
- ¿Miedo al éxito yo?
- Lecturas
- Visítanos en la web www.coachingparamujeres.es

¿A quién le interesa el éxito?

Los hombres tienen coches de carreras, presumen de dinero, de trabajo y quieren tener poder... las mujeres hablan de los hijos y tienen objetivos pequeños. Los hombres aspiran a más y consiguen más, las mujeres tienen menos aspiraciones y consiguen poco a pesar de que son más numerosas en la universidad y sacan mejores notas desde la primaria. Es sabido que tener **objetivos concretos y desafiantes mejora siempre los resultados**. Es una necesidad que las mujeres se planteen metas más ambiciosas. Para ello es necesario que circulen sin miedo por los pasillos del éxito y el poder, sin miedo a perder las relaciones que se encuentren en el camino, que se sientan más seguras de lo que saben, de las habilidades que tienen, de lo que merecen, que sepan afrontar el riesgo y que se atrevan a desafiar el statu quo.

Y a nuestro alrededor vemos de forma casi constante como se ridiculiza, banaliza e incluso se penaliza a las mujeres que muestran una ambición personal y tiene claros los objetivos. Parecen inmensos estos obstáculos que **sabotean constantemente la vida y la carrera profesional**, sin embargo, una vez conocidos, las mujeres que prueban un camino distinto, obtienen resultados tangibles. Sin menospreciar la precaución, es necesario **aventurarse por el camino de las expectativas más altas, de las demandas, incluso las que no parece que se ofrecen**. Presionar al entorno puede funcionar en beneficio propio. Muchas mujeres aprenden esta estrategia con lentitud otras no la aprenden nunca. Desde coachingparamujeres.es te animamos a que la aprendas, la adoptes y la practiques desde hoy.

Es femenino pero no es estratégico



La emotividad de las **mujeres** es un rasgo que junto con la ingenuidad y la simpatía es muy apreciado por la cultura. De siempre se ha elogiado la simpatía de una mujer pero no la inteligencia. No se tolera que un hombre llore porque es un signo de debilidad pero se comprende muy bien que lo haga una mujer. Subyacente está el mensaje, consciente o no, de que la mujer no tiene que dar miedo y no es una amenaza para nadie.

Hoy en el siglo XXI, las mujeres pueden dejar tranquilamente de ser femeninas y pasar a ser estratégicas para promocionarse y hacerse respetar. Pueden también dejar de percibir como sinónimos honestidad y entereza e ingenuidad. Prueba a ser menos vacilante y a tener objetivos claros y concretos, es esta una experiencia con la que te sentirás libre

Todavía hoy espantan y amenazan las mujeres formadas y decididas

Las mujeres que tienen carácter y que lo usan en el trabajo intimidan a sus colegas y a sus jefes. **El carácter de una mujer suele denominarse “mal carácter”**. Son muchos los casos de una mujer a la que echaron de un trabajo porque era una marimandona y porque:

“¿qué se creía?”

Muchas de las mujeres que están ese caso no han tolerado la incompetencia y la verdad es que se han llevado un chasco porque se les ha apartado y han visto cómo sus carreras se han estancado, se han tenido que ir de la empresa, y todo porque el estilo expeditivo está muy mal visto cuando viene de una mujer. No ocurre lo mismo con los hombres a los que se les tolera ser agresivos y dominantes y para ellos el carácter es “carácter” y, no mal carácter, para poder hacer más cosas y organizar mejor. Las mismas cualidades se ven diferentes según se trate de una mujer o un hombre.

Para unas es una aberración, para los otros son dotes de mando y liderazgo. Vistas tan negativamente en las mujeres, esas cualidades las penalizan y generan hostilidad. A las mujeres esa respuesta les genera ansiedad, estrés e incluso enfermedades. Muchas veces, las mujeres se retiran y esa injusticia les genera más estrés. Es evidente que retirarse no es una solución y que justamente el primer paso para no conformarse con ese agravio es **ser consciente de lo que está pasando y poder defenderse y reposicionarse**. Es ésta una manera de no coger el camino de la exclusión.

Una vez que ves más claro dónde estás es posible reaccionar y organizar una estrategia ganadora, tener una actitud menos vulnerable y una planificación a prueba de bomba. Con ello se producirán avances en tu vida.

Objetivos claros y planificación, Visibilidad, Poder y Perseverancia son algunos de los ingredientes del enfoque que vas a poner en práctica.

Continúa en la página siguiente

¿Miedo al éxito yo?



Parece una broma de mal gusto decir que las personas pueden tener miedo al éxito. Lo cierto es que el éxito está muy mal considerado y con frecuencia se acusa a la persona que lo tiene de ambiciosa y aprovechada. Si una persona tiene éxito también se le suele decir que ha tenido suerte ya que no cabe en ninguna cabeza que el éxito se busca y se logra después de trabajar duramente. Para las mujeres el éxito es casi un tabú, como la ambición. No están estas palabras en el código de conducta femenino, en el que sí existe la humildad y la abnegación, los hijos y la familia, todo esto acapara la atención y la responsabilidad de las mujeres del siglo XXI.

Así pues, las mujeres huyen de las oportunidades y se quedan estancadas porque piensan que si tiene éxito se quedaran solas, se les tratará de lo peor del mundo y nadie las querrá. Para cambiar de gafas y acercarte al éxito sin culpabilidad cuenta con el coaching www.coachingparamujeres.es

Objetivos claros y planificación

No nos cansaremos nunca de aconsejar que para no dispersarse, es necesario saber qué quieres, dónde quieres llegar, cuál es tu meta. Si no lo sabes o no sabes cómo empezar, háblalo con una persona de confianza o hazlo con un proceso de coaching. Sin esta condición difícilmente llegarás a dónde quieres. Una vez hayas aclarado tu objetivo, podrás organizarte para trabajar con orden y en la dirección adecuada. Esto es la planificación que incluye plazos, evaluación y ajustes.

Visibilidad

Las mujeres de hoy deben ser visibles. Esto significa no vivir en el anonimato de pasar desapercibidas. Tomar la iniciativa, escuchar sus ambiciones y sus expectativas, ser conscientes de ellas y reconocer el ninguneo para salirse del guión. Tener visibilidad es también mostrar una imagen activa y participativa. Un ejemplo de ello puede ser participar en las reuniones, exponer sus ideas o dar su opinión, hacer la síntesis de lo que se ha dicho hasta ahora y añadir algún matiz. Esto sirve de práctica para tomar la palabra y no estar cortada pero también sirve para ordenar las ideas y en el futuro tener más cosas que aportar. Así pararás al grupo de las personas que intervienen en las decisiones.

Poder

Quien tiene liderazgo tiene más poder. Liderazgo es conducir tu vida según el camino voluntariamente elegido. También es no esperar eternamente que te propongan las cosas, sino crear las condiciones propicias para que estas se produzcan. Hay distintas fuentes de poder, entre ellas destacan la Convicción, el Compromiso, la Información, el Riesgo, el Conocimiento, la Implicación...

Perseverancia

Todos estos resortes dan resultado si se practica con constancia. Para ello es necesario no desanimarse y tener visión de largo plazo. Reconocer las dificultades y estar preparada para hacerles frente es también ser perseverante.

**Ahora ya sabes cómo hacer para tener más éxito. Estas más preparada.
Empieza desde hoy mismo**

Coaching para Mujeres

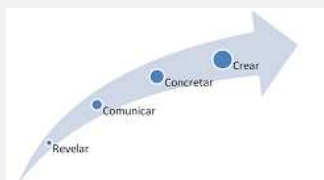
Edita: Matilde Pérez
coachingparamujeres.es

Suscripción:
suscripcion@coachingparamujeres.es

Coaching personal y profesional para mujeres

www.coachingparamujeres.es

Créditos imágenes: Microsoft



[¡Estamos en la Web!](http://www.coachingparamujeres.es)
www.coachingparamujeres.es

Coachingparamujeres.es

Coachingparamujeres.es te ofrece un entrenamiento específico para afrontar los retos de la vida actual. Las mujeres se encuentran entre

- 1) los **estereotipos** que les son asignados por la cultura: ser esposas y madres abnegadas,
- 2) un entorno muy **hostil** que no es fruto de la imaginación
- 3) las **expectativas** profesionales cuyos retos exigen una gestión emocional que permita manejar valores proscritos como el éxito y la ambición.

La mayoría de las mujeres se siente identificada con situaciones de ninguneo, postergación o autoexclusión porque las han vivido en algún momento de sus vidas. Para afrontar todas y cada una de las situaciones, el coaching provee de habilidades específicas para saltar todas las barreras y llegar a todos tus objetivos.

Coaching para:

- **Cambiar de creencias y de hábitos**
- **Gestionar las emociones**
- **Romper el techo de cristal**
- **Recuperar la dignidad**
- **Afrontar los cambios sin miedo**
- **Gestionar el tiempo eficazmente**
- **Planificar estratégicamente tu vida**

Atrévete a tener éxito, a llegar al final de tus ambiciones y a ser estratégica

Lecturas

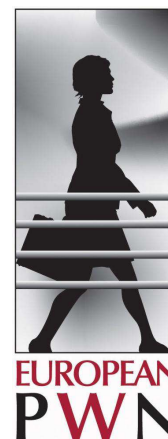
Estudio sobre mujeres en Consejos de Administración

EPWN 2010 - Cuarta edición

El cuarto estudio bianual sobre diversidad internacional y de género en Europa revela un considerable aumento en la representación femenina en Consejos desde el primer estudio de 2004. Además el número de mujeres ha aumentado un 21% comparado con 2008; 13 países de los 17 analizados han aumentado la representación de mujeres en los Consejos de las empresas; casi el 80% de las empresas tiene al menos una mujer en el consejo, casi la mitad tiene más de una y un cuarto tiene tres.

La introducción de códigos de gobierno corporativo y de la legislación sobre igualdad en muchos países está dando sus frutos en la práctica y que la cuestión de la introducción de mujeres en la toma de decisiones esta encima de la mesa. Sin embargo, las listas de mujeres potencialmente consejeras es poco significativa ya que hay pocas mujeres ejecutivas.

http://www.europeanpwn.net/files/estudio_sobre_mujeres_en_consejos_2010.pdf



coachingparamujeres.es
Coaching personal y profesional para mujeres