

# Coachingparamujeres.es newsletter



- Liderazgo
- Liderar
- Elementos del liderazgo
- ¿Qué motiva el liderazgo?
- Lecturas
- Visítanos en la web  
[www.coachingparamujeres.es](http://www.coachingparamujeres.es)

## Liderazgo

Una persona con liderazgo es aquella que desarrolla una serie de habilidades y destrezas que facilitan el desempeño propio y el de sus colaboradores. Se entiende pues que el liderazgo sirve para actuar y para dirigir. En ambos casos es interesante para las mujeres ya que sirve para conducir tu propia vida, gestionar las relaciones con demás o actuar como directiva.

Las habilidades más importantes para el desempeño de esta labor de liderazgo son las siguientes:

1. La comunicación que sirve tanto para transmitir información como para recibirla
2. Saber tomar decisiones y solucionar problemas para no quedarse en un impasse sin saber qué hacer
3. El autocontrol para soportar las situaciones que se presenten sin desestabilizarse
4. La flexibilidad entendida como capacidad de adaptación a nuevas situaciones o retos

Tener liderazgo no es fácil pero tampoco es imposible. Como siempre, aprender ciertas técnicas y perseverar en el intento es fundamental para mejorar los puntos fuertes que seguro que tienes. Este es el objetivo de este boletín.

### Liderar



Se suele decir que no es lo mismo un gestor que un líder. Un gestor actúa conforme a unas normas sin discutirlos. Aplica esas normas y la cosa continúa. El gestor controla todo a través de esas normas, no se pregunta que hay que hacer porque considera que todo está decidido de antemano. Suele tener una visión de corto plazo y no se fija mucho en el futuro porque justamente considera que el futuro está ya decidido. En pocas palabras hace bien lo que se espera de él que haga. Liderar es actuar de forma muy diferente. Es **crear las normas** en lugar de aceptar el statu quo, decidir qué medio le llevarán a los fines deseados, en lugar de conformarse con los medios existentes. Es también **concentrarse en las personas** e **inspirar confianza**. Es preguntarse **qué hay que hacer y por qué**. Es igualmente **tener una perspectiva de largo plazo** y **hacer bien lo que es necesario hacer**

### Elementos del liderazgo

El mito del líder nato que se manifiesta en cualquier lugar y situación forma parte de las teorías personalistas que sostienen que el liderazgo no se puede aprender. Estas teorías están desfasadas y ya no se sostiene el enfoque según el cual si las personas no siguen al supuesto líder es que no han recodido su madera de líder y es la ceguera, la mala fe o la ignorancia del grupo la que no reconoce las cualidades de la persona en cuestión. Esta creencia aún está muy extendida y a menudo se oye decir que la culpa es de los demás y que el líder queda oculto por culpa de los demás que no saben reconocerles. Actualmente el liderazgo se considera un concepto de relación y por tanto se entiende por relación a los demás. Esto significa que no hay líder si no hay seguidores. El hecho del liderazgo no es pretenderlo sino conseguirlo. Así pues es el resultado efectivo la que convierte en líder a la persona y no la postura de líder. Es la influencia sobre los demás.

#### Así pues vemos que el líder no nace, se hace ¿Cómo?

Es preciso instruirse y adquirir habilidades y un estilo de dirección (que ya hemos comentado en otros boletines). El primer paso para instruirse es saber cómo somos, y para ello hay que hacer un diagnóstico. Un diagnóstico posible la llamada **Evaluación 360º** que consiste en recoger información útil para valorar el desempeño que nos caracteriza por todos los costados, de ahí su nombre simbólico. Se utiliza en la empresa. Las personas de nuestro entorno pueden servirnos de fuentes de información si les preguntamos y pedimos que nos den la opinión sobre nuestra forma de actuar. Esta técnica es muy utilizada por las personas que quieren saber cómo las perciben los demás para mejorar su imagen y cambiar lo que sea necesario. Otras personas no se atreven a hacer ese tipo de encuesta por ello lo mejor es empezar con personas de mucha confianza hasta perderle el miedo. Muchas veces solo consiste en preguntar a los que te han visto hacer algo ¿Cómo he quedado? ¿Se me ha entendido bien?... si os dais cuenta son preguntas que no tienen tanta importancia y que pasan relativamente bien para quien las hace como para el que las recibe. Incluso puede que le des ideas a la persona y la próxima vez haga ella lo mismo y te pregunte por su actuación.

Continúa en la página siguiente

### ¿Qué motiva el liderazgo?



La motivación puede ser **lograr algo concreto**, es decir el deseo de alcanzar o superar un estándar de excelencia definido por otros o por la persona misma. También puede ser una motivación el hecho de **cultivar relaciones** con los demás o simplemente puede ser el deseo de tener **poder**. Tener poder es el deseo de influir a los demás y conseguir que los otros actúen de forma distinta a como lo hubieran hecho si no hubiesen recibido esa influencia.-

Cualquiera de las tres motivaciones es legítima y en general se dan las tres en diferentes dosis según las ocasiones. Las mujeres suelen tener culpabilidad cuando quieren lograr algo concreto y cuando quieren poder. Como se puede ver, una vez explicadas, dan menos miedo puesto que no hay asomo de nada de diabólico en ninguna de ellas. [www.coachingparamujeres.es](http://www.coachingparamujeres.es)

### Criterios MARTE

Los resultados de la información piénsalos, cotéjalos unos con otros, interprétalos. Es conveniente tener la opinión de varias persona, 4 por ejemplo, para tener una visión amplia. A partir de ahí identifica tus puntos fuertes y las posibles necesidades de mejora. La siguiente fase consiste en que elabores un plan de acción para desarrollar lo que consideres que tus puntos débiles. Este plan será una agenda con acciones definidas y que te lleven al perfil objetivo. Tanto el plan como las acciones deberán ser atender y cumplir con los denominados criterios MARTE. Esto significa que deben ser Medibles, Alcanzables, Retadores, con límite Temporal, Específicos.

### Apoyo del coaching

El apoyo del coaching puede ser necesario para evitar el riesgo de abandono ya que se necesita un semestre mínimo para desarrollar un proceso que lleve a resultados tangibles. El coaching no supervisa sino que guía y ayuda al mismo tiempo que aporta feedback. Esto viene bien porque la inercia a continuar haciéndolo todo igual es grande y si hacemos todo igual, todo seguirá saliendo igual que antes. También es conveniente por la resistencia al cambio que sobresale en la mayor parte de las personas y en los demás en cuanto la percepción que tienen de ti y que te costará modificarla. Para perseverar también está bien tener una persona al lado que despeje las dudas y que te recuerde que no es necesario dudar en cada momento de la decisión que has tomado con responsabilidad y con un objetivo concreto.

Como observábamos antes, obtener un mejor liderazgo sirve para dirigir pero si piensas en los consejos que acabamos de dar te darás cuenta de que sirve para dirigir tu vida que en definitiva también es una cuestión de relaciones puesto que no conseguirás mucho reconocimiento si comunicas a los demás que haces bien las cosas y que las mereces. La visibilidad se obtiene más fácilmente cuando tienes objetivos, te relaciones bien, comunicas bien y los haces con decisión.

**Atrévete a cambiar para mejorar. Empieza ya**

**Ten paciencia y verás los resultados**

## Coaching para Mujeres

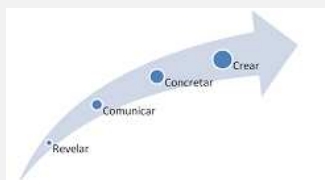
Edita: Matilde Pérez  
coachingparamujeres.es

Suscripción:  
[suscripcion@coachingparamujeres.es](mailto:suscripcion@coachingparamujeres.es)

*Coaching personal y profesional para mujeres*

[www.coachingparamujeres.es](http://www.coachingparamujeres.es)

Créditos imágenes: Microsoft



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

### Coaching - El Metodo para mejorar El Rendimiento de las Personas

John Whitmore. Editorial Paidós

Este libro es un clásico del coaching y una guía útil, clara, concisa y comprensible para cualquier persona interesada en obtener el máximo potencial y rendimiento de las personas. Según este autor, el coaching es una técnica y una manera de dirigir y de tratar a las personas, una manera de pensar y de ser.

Encontrarás el qué y el cómo de las preguntas efectivas, la secuencia de objetivos, la acción y el rendimiento sobresaliente. También la relación existente entre iniciativas y metas individuales y colectivas... ejemplos de entrenamiento, explicaciones variadas y concretas de cómo el coaching es una aptitud esencial para el liderazgo de un equipo... y de tu propia vida.



coachingparamujeres.es  
Coaching personal y profesional para mujeres