

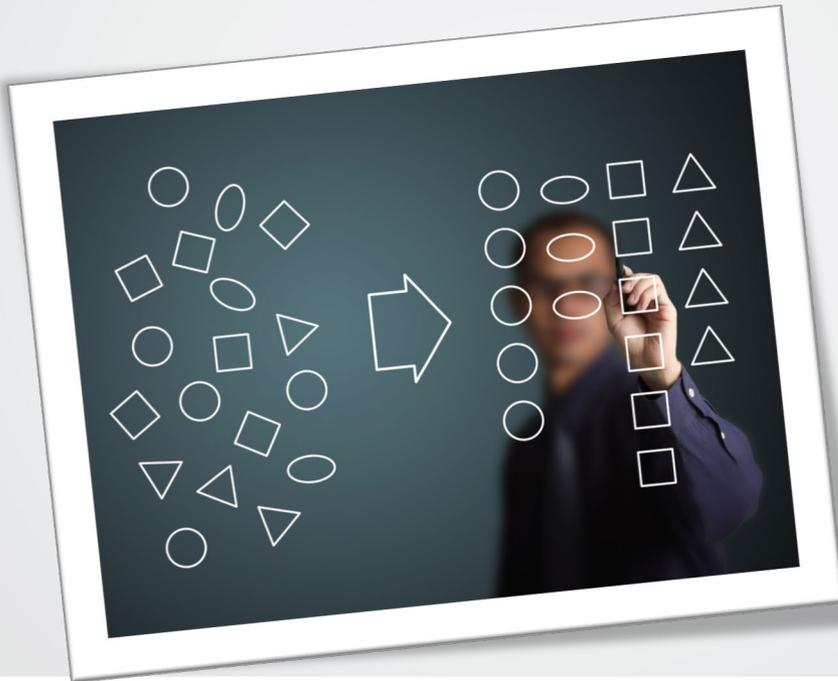
Relaciones Inteligentes productivas

Uso del SDI 2.0 como herramienta para mejorar las competencias de relacionamiento y alcanzar los objetivos

Modulo 4 Sesión sincrónica 4

MAI. Rolando Guevara Ruiz, PMP

El Camino a la productividad en las relaciones



1. Identifique su emocionalidad por medio de la inteligencia emocional.
2. Concienciar sus recursos personales (SDI 2.0).
3. Decidir tu estilo de comunicación adecuado.

5

Emocionalidad

Inteligencia Emocional



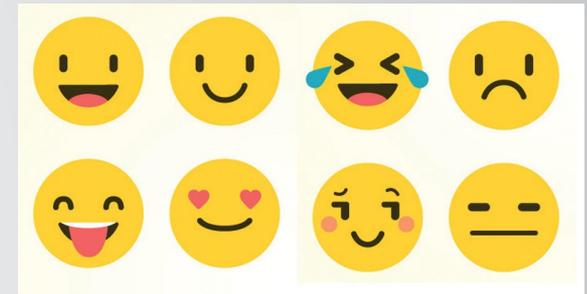
La IE es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y aquellos de los otros, para motivarnos a nosotros mismos y para manejar las emociones efectivamente en nosotros mismos y en los demás.

Daniel Goleman

EMOCIONES

CONCEPTO:

Reacción psicofisiológicas que generan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, una persona, un lugar, un suceso o un recuerdo.



- Son parte integral de la naturaleza humana
- Las sentimos y muchas veces no somos conscientes de ellas y sus consecuencias.
- Si tomamos una emoción sentida, como un ejemplo, y nos proponemos generar una reacción controlada, ¿su impacto y sus posibles consecuencias serían diferentes?

Estados de ánimo

- El estado de ánimo consiste en un estado en el que se encuentra un individuo, este puede ser positivo/agradable o negativo/desagradable.
- Los estados de ánimo **se caracterizan por ser duraderos**, desde varias horas, semanas, y mucho más.
- El estado de ánimo puede estar influenciado por diversos factores, y no sólo en lo que respecta a lo emocional. Factores como el ambiente, **el estado físico de la persona**, así como el psíquico, pueden alterar, tanto positiva como negativamente, el estado de ánimo.

La Inteligencia Emocional



UCI
Universidad para la
Cooperación Internacional

La inteligencia emocional nos permite:

- **Tomar conciencia de nuestras emociones**
 - Practicar frecuentemente el autoconocimiento
 - Entiende tus fortalezas y tus fortalezas excedidas
 - Reconocer que te afecta y causa estrés
 - Entender como se regresa a mi estado de bienestar
 - Reconocer que afecta y causa estrés a los demás

La Inteligencia Emocional



La inteligencia emocional nos permite:

- **Comprender los sentimientos de los demás**
 - Estar atento a los sentimientos y estados de animo
 - Como impactan estos a las personas
 - Comprender sus fortalezas y fortalezas excedidas
 - Cuales son los disparadores de conflicto
 - Cómo se regresa al estado de bienestar

La Inteligencia Emocional



La inteligencia emocional nos permite:

- **Tolerar las presiones y frustraciones.**
 - Practicar el dominio de las emociones
 - Mantener claro tu esquema de prioridades
 - No seguir a personas que son negativas
 - Practicar la paciencia y el análisis completo de cualquier situación.
 - Mantener una convivencia armónica y un buen ritmo de trabajo.
- Identificar qué te genera presión y frustración

La Inteligencia Emocional



La inteligencia emocional nos permite:

- **Acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo**
 - Mejoras nuestras habilidades de comunicación
 - Evitar los juicios
 - Enfocarnos en los objetivos
 - Enfocarnos en los problemas y no en las personas que los causan
- Proponer una constante retroalimentación como equipo

La Inteligencia Emocional



La inteligencia emocional nos permite:

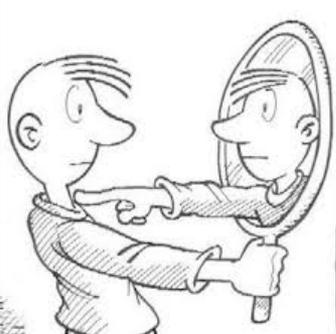
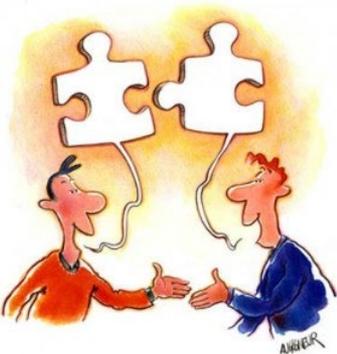
- **Adoptar una actitud empática y social, que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal**
 - Practicar la amabilidad, la cortesía, el buen modo
 - Ser respetuoso de todas las opiniones y en todas las situaciones
 - Convive con tu equipo
 - Comparte tus intereses personales



Comunicación

Comunicación

La comunicación es lo que une a los seres humanos y les permite convivir y trabajar, tanto individualmente como en equipo:

INTRAPERSONAL	INTERPERSONAL	EN LA ORGANIZACIÓN
Diálogo con nosotros mismos	Diálogo con otra persona	Diálogo con equipos de trabajo y líderes, en ambientes de colaboración
		

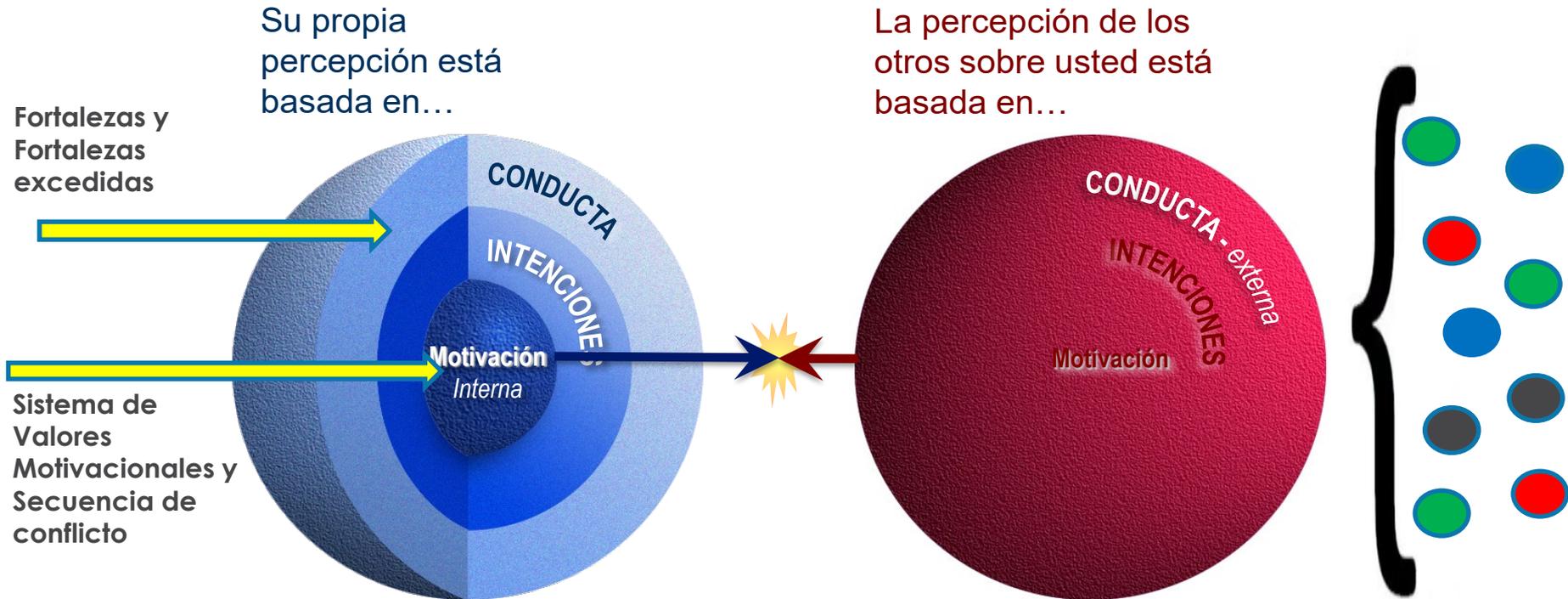
El Impacto de los Filtros

- Al igual que un libro no puede ser juzgado por la cubierta, un motivo no puede ser juzgado por una fortaleza.
- Nos enfocamos en las cosas que nos ayudan a llenar nuestros motivos y filtramos las cosas que no lo hacen.
- Las fortalezas pueden ser usadas por muchas razones.

MODELO DE COMUNICACIÓN - SDI



Entendiendo las percepciones



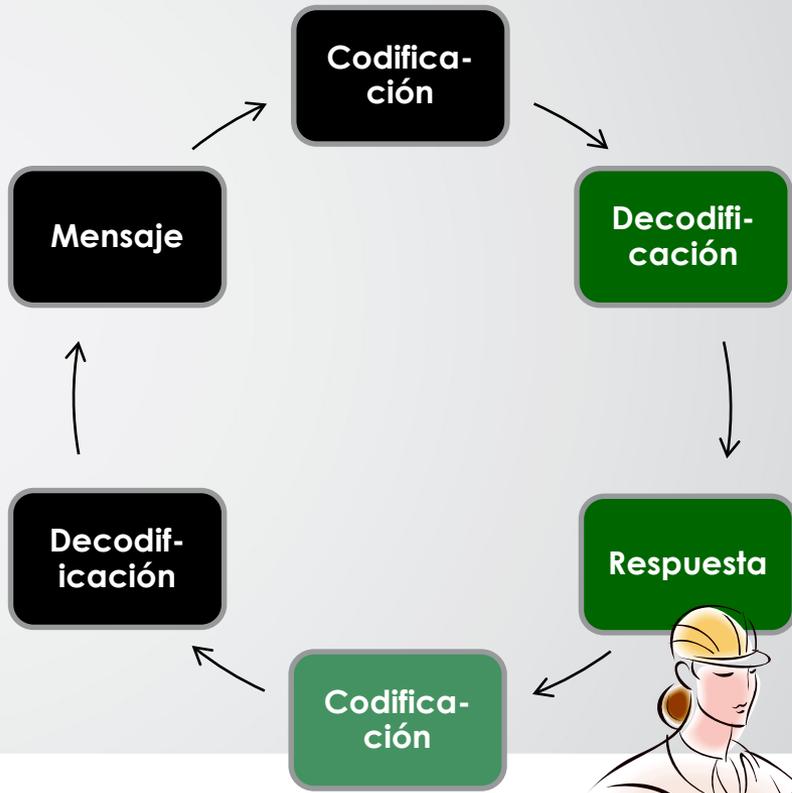
...Lo que está tratando usted de hacer..... ...lo que ellos ven que usted hace.

Palabras que debes usar conmigo

Azul	Rojo	Verde	Centro
Soporte	Hacer	Guía	Contribuir
Siento	Actuar	Pensar	Adaptar
Facilito	Delegar	Enseñar	Participar
Cuidar	Encargarse	Justo	Compartir
Cooperar	Competir	Conservar	Compromiso
Valores	Oportunidades	Principios	Opciones
Amigo	Socio	Colegas	Compañero
Sentido	Importante	Específico	Ajuste
Ayuda	Pago	Entender	Usar
Beneficio	Resultados	Conocimiento	Aplicar
Confort	Convencer	Entender	Interpretar
Amable	Positivo	Claro	Flexible
Generoso	Refuerzo	Competente	Apropiado

Comunicación entre diferentes MVS

- Azul**
- Soporte
- Siento
- Facilito
- Cuidar
- Cooperar
- Valores
- Amigo
- Sentido
- Ayuda
- Beneficio
- Confort
- Amable
- Generoso



- Verde**
- Guía
- Pensar
- Enseñar
- Justo
- Conservar
- Principios
- Colegas
- Específico
- Entender
- Conocimiento
- Entender
- Claro
- Competente



Ejemplo de Comunicación asertiva con SDI 2.0

Un grupo de compañeros de oficina decidieron enviar al hospital donde estaba internada una compañera, un presente de apoyo y motivación.

Decidieron recoger dinero entre los compañeros y para asegurar el éxito, planificaron la comunicación con que iban a solicitar el apoyo voluntario:

Ejemplo de Comunicación asertiva con SDI 2.0

A los **Azules**:

"Nuestra compañera Emilia está enferma y nosotros pensamos que algunas flores la ayudarían a sentirse mejor. ¿Usted quiere ayudar?"

A los **Rojos**:

"Necesito Quinientos colones ahora. Son para Emilia que está en el hospital"

A los **Verdes**:

"Emilia *ha trabajado aquí* un largo tiempo y nunca se había enfermado antes. Ella se está recuperando de una cirugía. Sólo pedimos una cantidad justa de cada persona en el departamento. Le daré algún tiempo para que considere la idea, y regresaré al mediodía."

A los **Centros**:

"Todos los demás están contribuyendo para un presente para Emilia. ¿Usted también quiere formar parte, verdad?"

Ejemplo de Comunicación asertiva con SDI 2.0

A los **Azules**:

“Nuestra **compañera** Emilia está enferma y nosotros pensamos que algunas flores la ayudarían a **sentirse mejor**. ¿Usted quiere **ayudar**?”

A los **Rojos**:

“**Necesito** Quinientos colones ahora. **Son para** Emilia que está en el hospital“

A los **Verdes**:

“Emilia *ha trabajado aquí* un largo tiempo y nunca se había enfermado antes. Ella **se está recuperando** de una cirugía. Sólo pedimos una **cantidad justa** de cada persona en el departamento. Le **daré algún tiempo** para que considere la idea, y **regresaré** al mediodía.”

A los **Centros**:

“**Todos los demás** están contribuyendo para un presente para Emilia. ¿Usted también **quiere formar parte**, verdad?”

¿De Quién dirías....?

Pregunta	Opciones	
1. Es una persona que busca resultados, no es un perezoso	A.....R.....V.....H	R
2. Es una persona calificada, que sabe en detalle lo que debe hacer	A.....R.....V.....H	V
3. Es un ganador	A.....R.....V.....H	R
4. Ella es amigable, no agresiva	A.....R.....V.....H	V
5. El es flexible, reflexivo, no rígido	A.....R.....V.....H	H
6. Es una persona que ayuda, no es egoísta	A.....R.....V.....H	A
7. Ella es muy sociable	A.....R.....V.....H	H
8. Ella es ambiciosa no se queda quedita	A.....R.....V.....H	R

¿Quién se preocupa por....?

Pregunta	Opciones	
1. Tomar acción inmediata	A.....R.....V.....H	R
2. Conservar los recursos disponibles	A.....R.....V.....H	V
3. Ser lo mas exacto posible	A.....R.....V.....H	V
4. Conocer todas las opciones posibles	A.....R.....V.....H	H
5. El bienestar de otros	A.....R.....V.....H	A
6. Tomar riesgos	A.....R.....V.....H	R
7. Poder hacer cualquier cosa que la situación requiera	A.....R.....V.....H	H
8. Mantener la armonía	A.....R.....V.....H	A
9. <i>Llegar de primero</i>	A.....R.....V.....H	R
10. <i>Cómo se siente los demás</i>	A.....R.....V.....H	A
11. <i>Hacer las cosas ordenadamente</i>	A.....R.....V.....H	V
12. <i>Lograr el consenso del grupo</i>	A.....R.....V.....H	H

7

Liderazgo

Liderazgo de servicio

- ¿Quién sabe algo de Liderazgo?



Liderazgo

Google

Liderazgo

X | Q

[Q Todo](#)
[Imágenes](#)
[Vídeos](#)
[Libros](#)
[Noticias](#)
[: Más](#)
[Preferencias](#)
[Herramientas](#)

Cerca de **80 400 000** resultados (0,42 segundos)

Se muestran resultados de **Liderazgo**

Buscar, en cambio, [Liderago](#)



El **liderazgo** es el conjunto de habilidades gerenciales o directivas que un individuo tiene para influir en la forma de ser o actuar de las personas o en un grupo de trabajo determinado, haciendo que este equipo trabaje con entusiasmo hacia el logro de sus metas y objetivos.

<https://es.wikipedia.org/wiki/Liderazgo>

[Liderazgo - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)

[?](#) Información sobre los fragmentos destacados • [Comentarios](#)



Liderazgo

El liderazgo es el conjunto de habilidades gerenciales o directivas que un individuo tiene para influir en la forma de ser o actuar de las personas o en un grupo de trabajo determinado, haciendo que este equipo trabaje con entusiasmo hacia el logro de sus metas y objetivos. [Wikipedia](#)

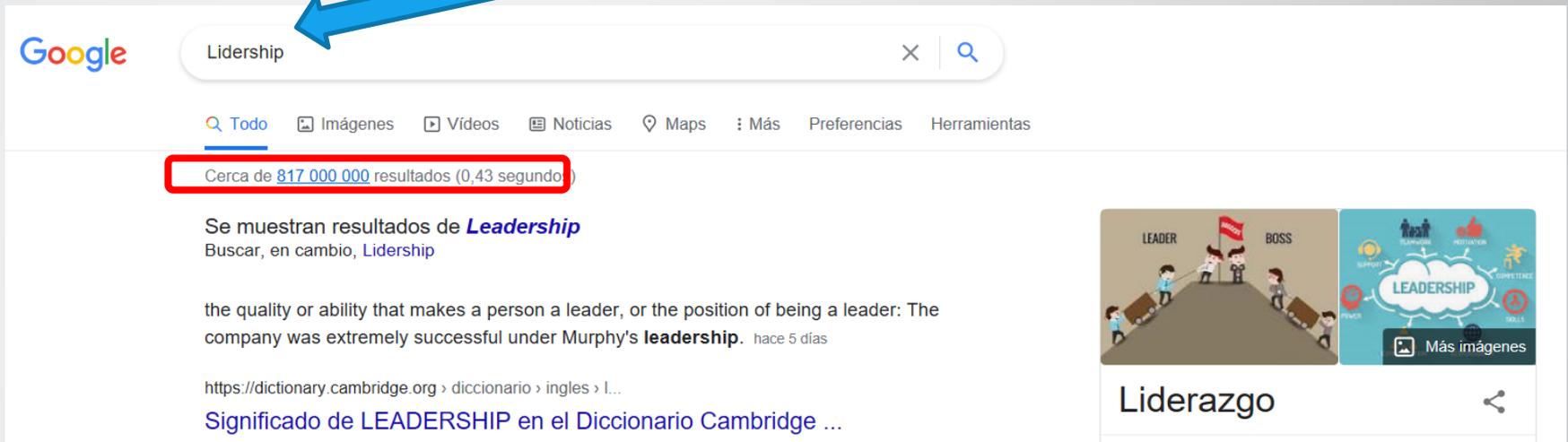
Niveles



Tipos



Liderazgo



Google

Lidership

× | 🔍

🔍 Todo 🖼️ Imágenes 📺 Vídeos 📰 Noticias 📍 Maps ⋮ Más ⚙️ Preferencias 🛠️ Herramientas

Cerca de **817.000.000** resultados (0,43 segundos)

Se muestran resultados de **Leadership**
Buscar, en cambio, Lidership

the quality or ability that makes a person a leader, or the position of being a leader: The company was extremely successful under Murphy's **leadership**. hace 5 días

<https://dictionary.cambridge.org> > diccionario > ingles > L...

[Significado de LEADERSHIP en el Diccionario Cambridge ...](#)



Más imágenes

Liderazgo

Liderazgo



amazon Enviar a Costa Rica Todos Leadership

Todo Ofertas del Día Servicio al Cliente Tarjetas de Regalo Vender Listas

1 a 48 de más de 60,000 resultados para "leadership"

Kindle Unlimited
 Elegible para Kindle Unlimited

Departamento
 Libros
 Gestión de Negocios y Liderazgo
 Autoayuda
 Cultura Empresarial
 Biografías y Memorias
 Política y Ciencias Sociales
 Salud, Ejercicio Físico y Dietas
 Tienda Kindle
 eBooks Kindle
 Audible Audiolibros
 Empresas y Profesiones
 Ver los 5 departamentos

Opinión media de los clientes
 ★★★★★ o más
 ★★★★★ o más
 ★★★★★ o más
 ★★★★★ o más

Se muestran los resultados de *leadership*
 Busque en cambio Liderazgo

Leadership: In Turbulent Times
 por Doris Kearns Goodwin
 ★★★★★ ~ 2,920

Limitless: Upgrade Your Brain, Learn Anything Faster, and Unlock Your Exceptional Life
 Read by Author · Unabridged Audiobook

Liderazgo



“El Liderazgo es el arte de conseguir que otra persona haga algo que quieres hacer porque quiere hacerlo”.



Liderazgo de Servicio

- Todos los miembros del equipo tienen la responsabilidad de gestionar el proyecto y de liderar el mismo según las circunstancias y los momentos.
- La práctica de liderar a través del servicio al equipo permite
 - Empoderamiento de los miembros
 - Comprensión del ser humano
 - Necesidades y el desarrollo de los miembros del equipo para permitir el máximo desempeño

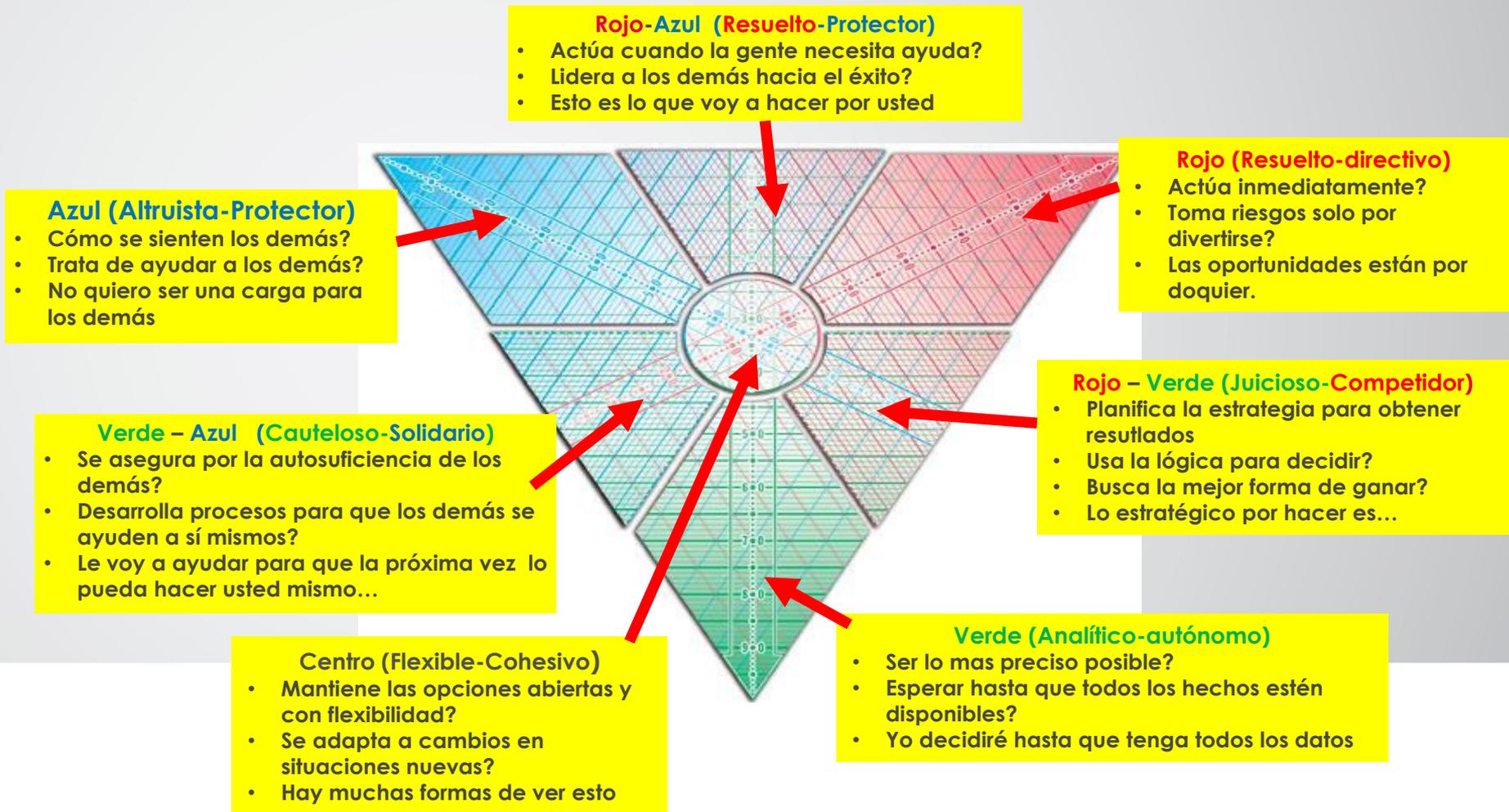
Para progresar, pon a los demás primero...



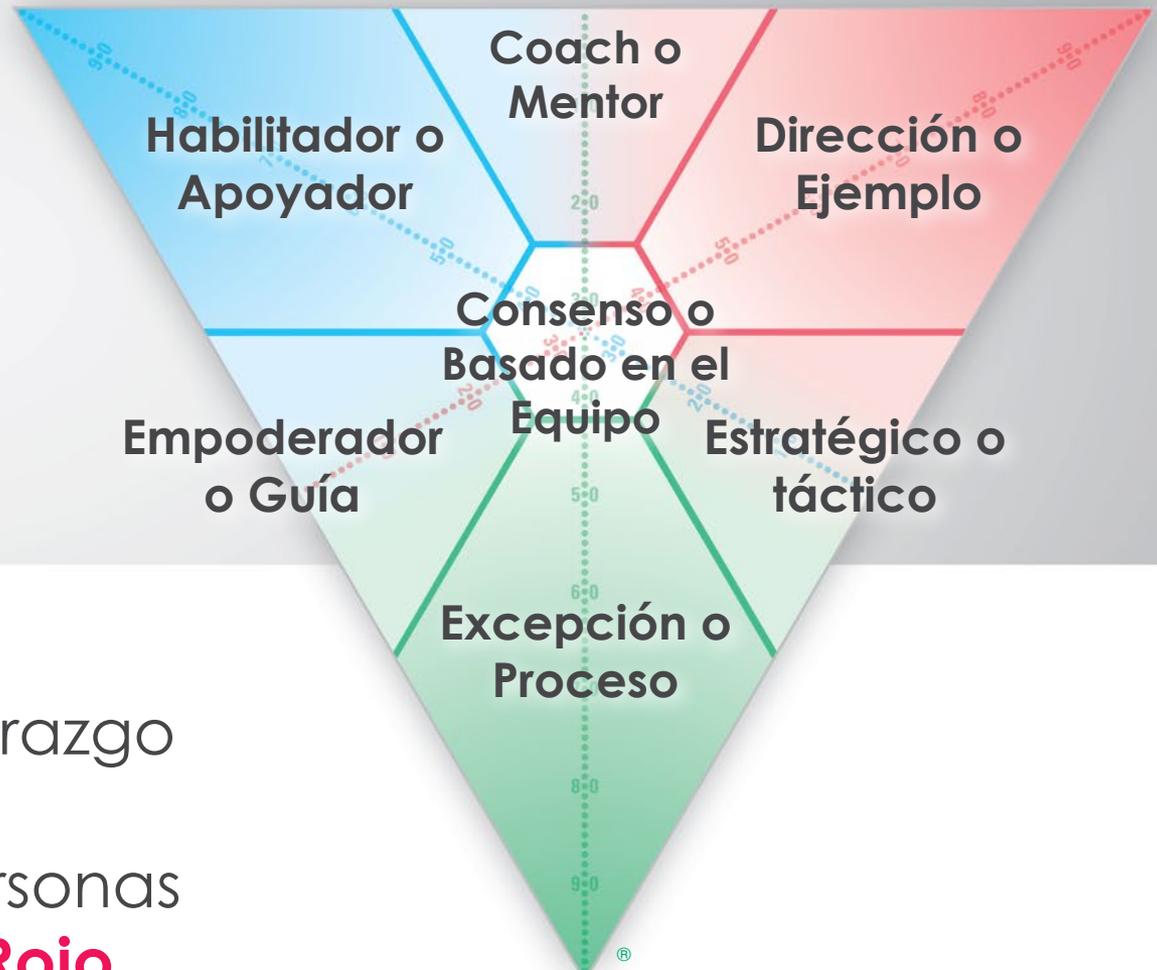
Liderazgo de Servicio

- Todo el equipo de proyecto tiene que trabajar en un enfoque auto-gestionado.
- No se requiere poseer un líder o director de proyecto tradicional.
- El enfoque se debe dar entre todos los miembros del equipo orientado hacia calidad y el aprendizaje continuo

Sistemas de Valores Motivacionales



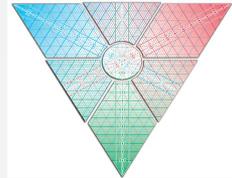
Estilos de Liderazgo



¿Cuál estilo de liderazgo o manejo podrían preferir usar las personas con un SVM **Azul**, **Rojo**, **Verde**, o **Hub**?

Proceso de relacionamiento

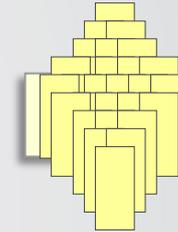
SDI



Conflicto



Fortalezas



El SDI nos ayuda a hacer mejores escogencias

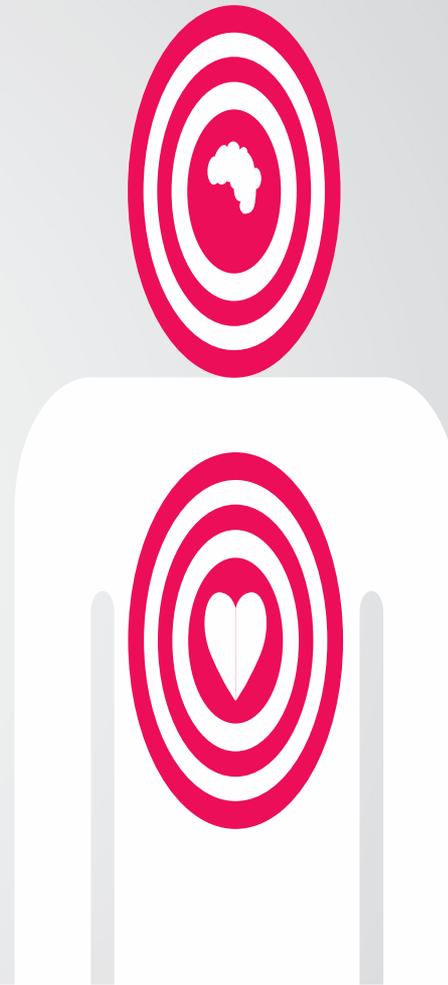
Nuestro Rol como Gerentes

En los equipos tenemos todos los sistemas motivacionales de valores!!

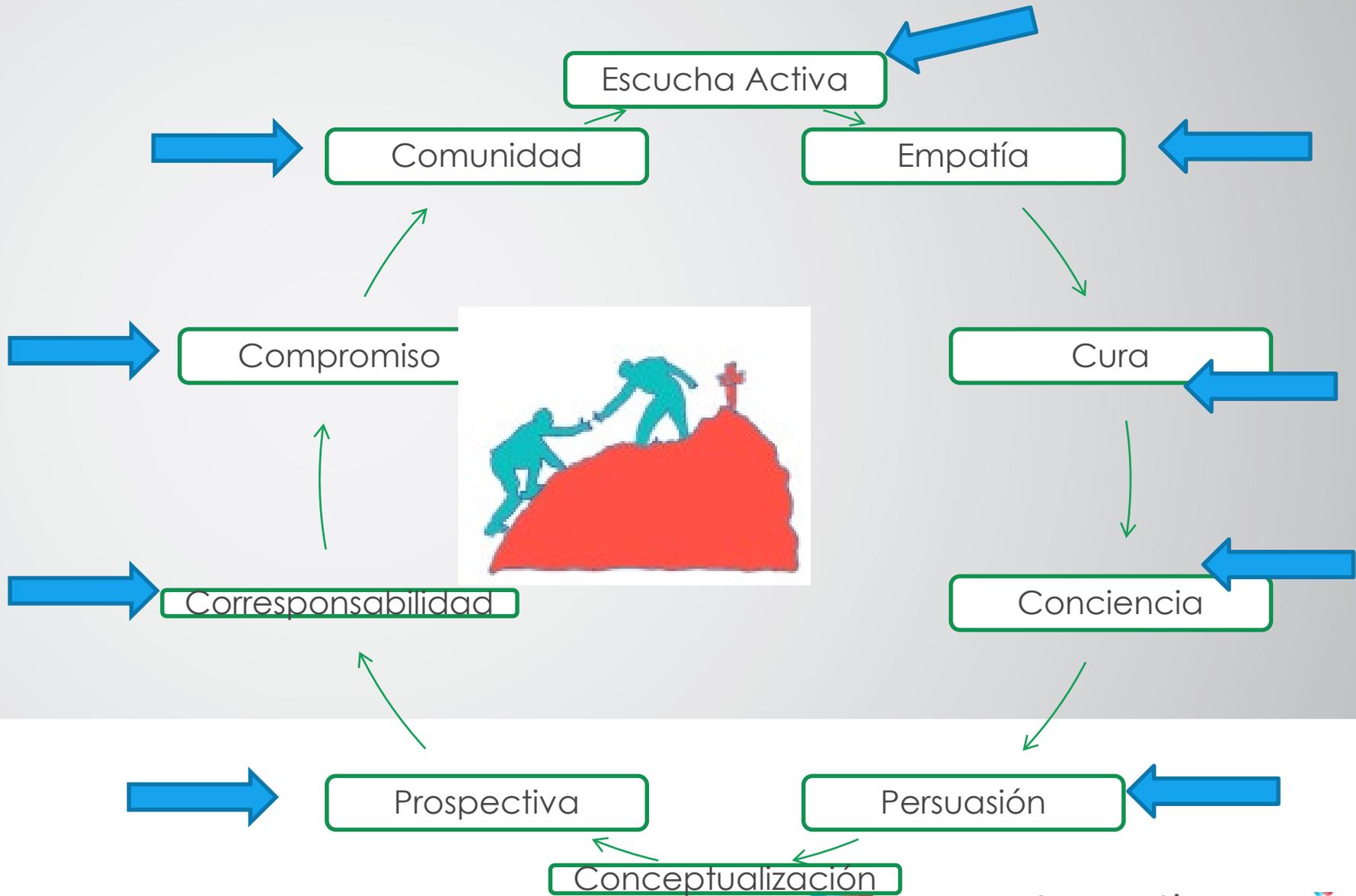


Balanceando la razón con el corazón

El líder
Inteligente se
entiende a sí
mismo y se
maneja a sí
mismo



Liderazgo de Servicio



Liderazgo de Servicio

Escucha activa.

Demostrar al hablante que el oyente le ha entendido. Escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo.

Empatía.

Participación afectiva de una persona en los sentimientos de otra persona

Cura.

Ayudar a las personas a resolver sus problemas y conflictos en las relaciones para desarrollar las habilidades de cada individuo.

Liderazgo de Servicio

Conciencia.

Capacidad de ver las situaciones desde un enfoque holístico para una mejor comprensión acerca de la ética y los valores.

Persuasión.

Habilidad para convencer a una persona mediante razones o argumentos para que piense de una determinada manera o haga cierta cosa para ayudarlo a alcanzar sus objetivos, sin aprovecharse de su poder de coacción.

Conceptualización.

Capacidad de ver más allá de los límites de la operación del negocio y centrarse en objetivos a largo plazo.

Liderazgo de Servicio

Prospectiva.

Capacidad de prever el resultado probable de una situación. Aprender sobre el pasado y comprender la actualidad para modelar el futuro.

Corresponsabilidad.

Obligación de ayudar y servir a los demás para el mayor bienestar de la sociedad.

Compromiso con el crecimiento de las personas.

Fomentar e invertir en el crecimiento personal, profesional y espiritual de los miembros del equipo.

Construcción de la comunidad.

Construir una comunidad fuerte dentro de la organización y desarrollar una comunidad con otras empresas e instituciones

Reflexiones de Cierre

Reflexión

El ingrediente más importante en la fórmula del éxito es saber cómo llevarse bien con la gente.

Theodore Roosevelt

Vemos en el mundo un futuro en el que:

- Las relaciones efectivas son vistas como esenciales para el éxito de los individuos y las organizaciones
- El conflicto prevenible es eliminado
- Todo el conflicto es manejado para crear resultados positivos y restaurar el bienestar de las partes involucradas
- Las fortalezas de la gente se reconocen y son valoradas porque sus motivos son entendidos – por ellos mismos y por los demás
- La gente se siente empoderada para escoger sus conductas basadas en un resultado intencionado

Abordando el futuro creando un lenguaje común para las relaciones, haciendo el SDI 2.0 parte de la cultura de nuestra gente.

Muchas Gracias

ROLANDO GUEVARA RUIZ

rguevara@uci.ac.cr

rolandog@ice.co.cr

(506) 8392-1842