



héctor
murguía

Liderazgo Trascendental & Maestría Personal

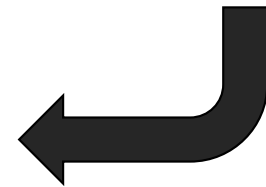
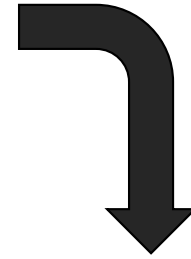
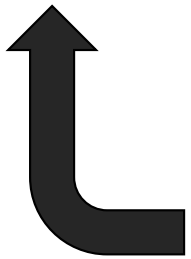
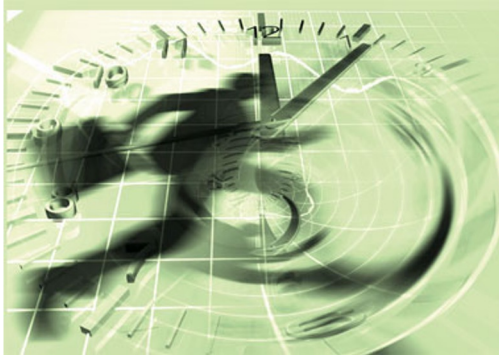
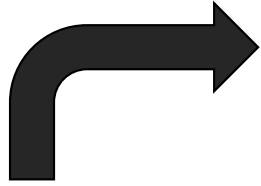
Módulo 8
Gestión del Tiempo



La procrastinación
convierte lo fácil en
difícil... y lo difícil en
más difícil

- Mason Cooley







Aprendiendo a decir "NO"

- ¿Tengo tiempo para hacerlo?
- ¿Soy la persona indicada para hacerlo?
- ¿Esto ayuda a cumplir mis objetivos?



El truco es ¿cómo decirle si a la persona y no a la actividad?



Aprendiendo a decir "NO"

- Explica tus razones. Enfócate solo en la situación particular
- Indaga sobre lo que realmente necesita y no lo que dice que quiere
- ¿Su necesidad puede ser flexibilizada? Negocia alcance y fechas
- Piensa quién más puede ayudarle que tenga tiempo y/o recursos
- Trata de identificar intereses y necesidades comunes



Multitasking



Se le da un valor que no es cierto

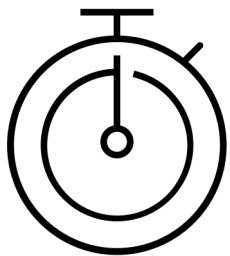
Toma entre 20% y 40% hacer cosas simultáneas

Generalmente se ejecutan con menor calidad

Probablemente requiera retrabajo



Tomarse un break



Estar ocupado no implica ser productivo

Pensamos que el descanso es un desperdicio

Hay fatiga en toma de decisiones y enfoque

El cerebro requiere “desenfocarse” frecuentemente

Técnica Pomodoro

CICLO DE 4 POMODOROS

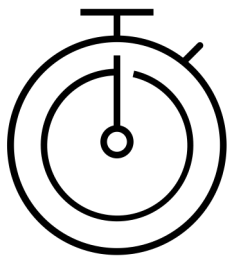


■ FOCO

■ INTERVALO



Tu hora de poder



¿A qué dedicas tu hora de mayor energía?

¿Emails?

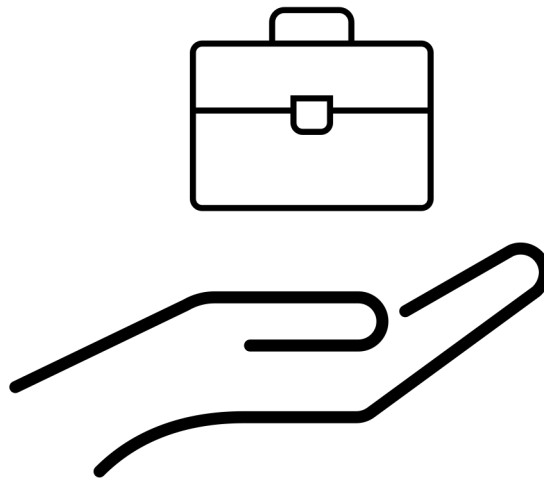
¿Platicar con los compañeros?

¿Siendo frecuentemente interrumpido?



Delegar requiere dos cosas

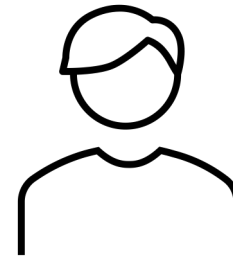
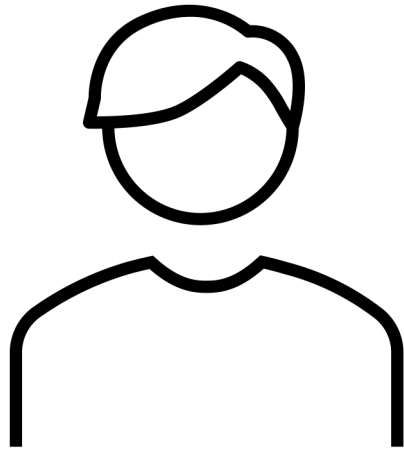
Responsabilidad

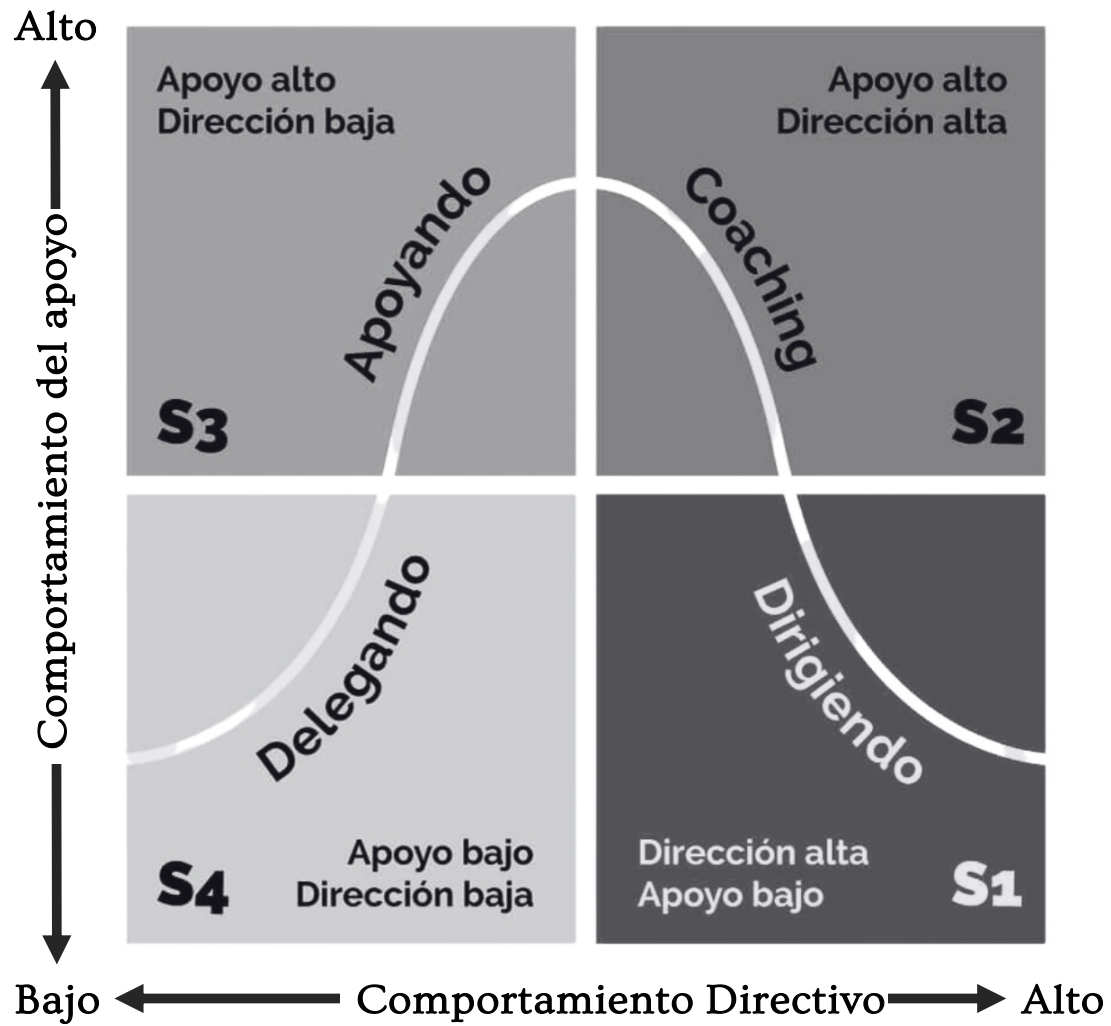


Autoridad



Delegar también requiere madurez







Micromanagement



Son obsesivos del control

Orientado al logro en extremo

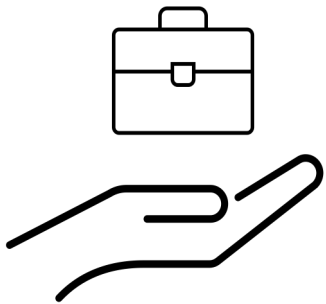
Nadie es capaz de hacerlo como él

No confían en su equipo

Les toma demasiado tiempo

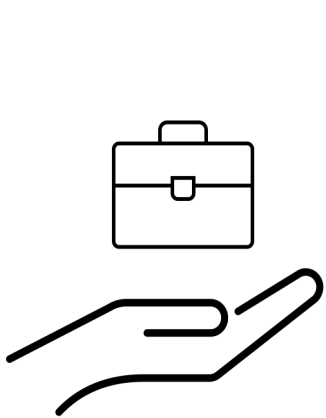


Delegar es una habilidad que se aprende



1. ¿Qué debo/puedo delegar?
2. ¿A quién? Habilidades y conocimientos
3. Define el resultado claramente
4. Dale toda la información que necesita
5. Dale recursos y autoridad

Delegar es una habilidad que se aprende



6. Abre un canal directo de comunicación
7. Establece límites y controles
8. Enfócate en el qué, no en el cómo
9. Dale espacio
10. Reconoce lo logrado

Delegar es una habilidad que se aprende

Persona
Adecuada

Comunicación
Adecuada



Situación
Adecuada

Supervisión
Adecuada

Tarea
Adecuada

... y de ti requiere consciencia

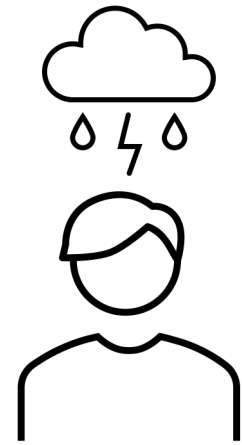
Le tomará un poco más de tiempo que a ti


Será un poco menos hábil que tú

Aprenderá en el proceso, SE VA A EQUIVOCAR

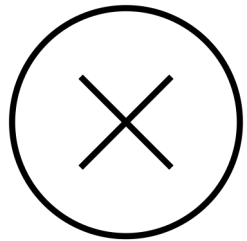
Habrás de evaluar objetivamente el resultado

Deberás conferirle el poder de toma de decisiones





Jamás permitas la delegación inversa



- Apoya
- Aconseja
- Ofrece opciones
- Se más cercano
- Pero no aceptes la tarea de regreso

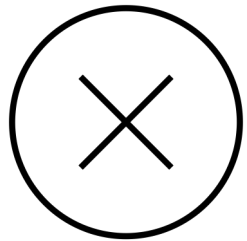


¿Por dónde comenzar?

	URGENTE	NO URGENTE
IMPORTANTE	HAZLO hoy	AGENDA tiempo para hacerlo
NO IMPORTANTE	DELEGA a otra persona	ELIMÍNALO deja de hacerlo



¿Qué cosas NUNCA se deben delegar?



Retroalimentación a las personas

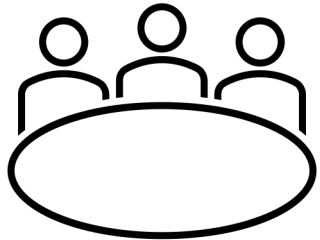
Temas confidenciales

Por una mala gestión personal

Problemas o situaciones que tu no quieres

Tus responsabilidades primarias

Las maldiciones típicas de una junta



No planeadas (¿te puedo ver 10 minutos en mi lugar?)

Jamás comienza a tiempo... y jamás termina a tiempo

Quien tiene que estar no llega y quien no aporta ahí está

No hay una agenda de puntos a discutir

No se lleva una minuta de acuerdos

Termina la junta y no hay entregables y/o responsables

Se programan fuera de un horario “útil”

¿Requiero estar en ESA junta?

Aprendiendo a decir "NO"

- ¿Tengo tiempo para hacerlo?
- ¿Soy la persona indicada para hacerlo?
- ¿Esto ayuda a cumplir mis objetivos?



El truco es ¿cómo decirle si a la persona y no a la actividad?

“

Nunca encontrarás
tiempo para algo. Si
quieres tiempo, tendrás
que **crearlo**

- Charles Buxton





Introspección Final



El tiempo es lo único que no podemos comprar, no podemos guardar y aunque no lo "usemos", lo gastamos...

¿Cómo estás usando ese regalo?

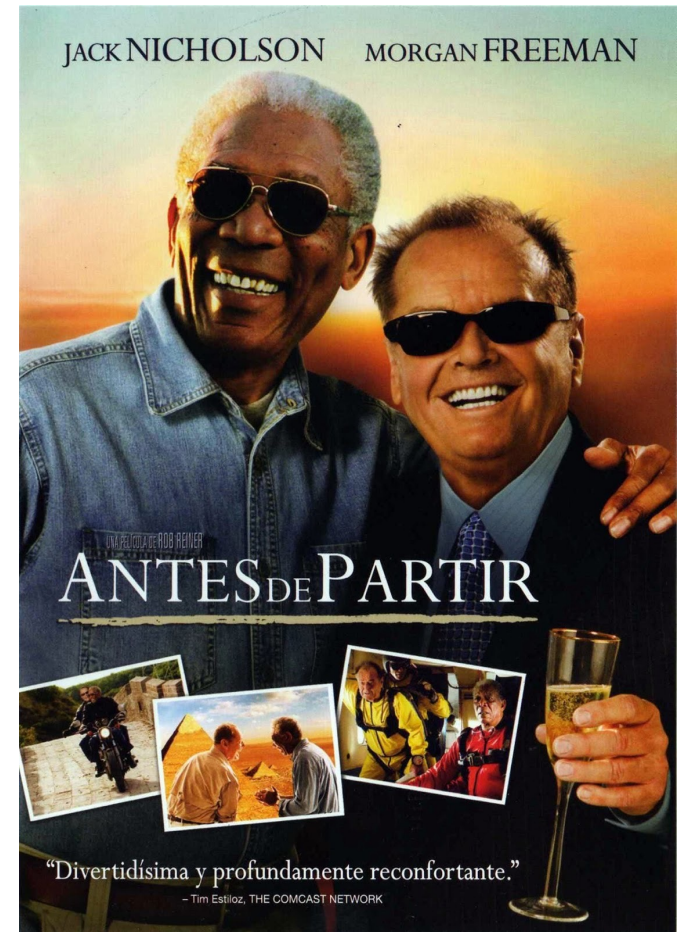
Película sugerida

¿Has encontrado alegría en tu vida? ¿Tu vida ha traído alegría a otros?

Un día tu vida pasará ante tus ojos. Asegúrate de que vale la pena verla

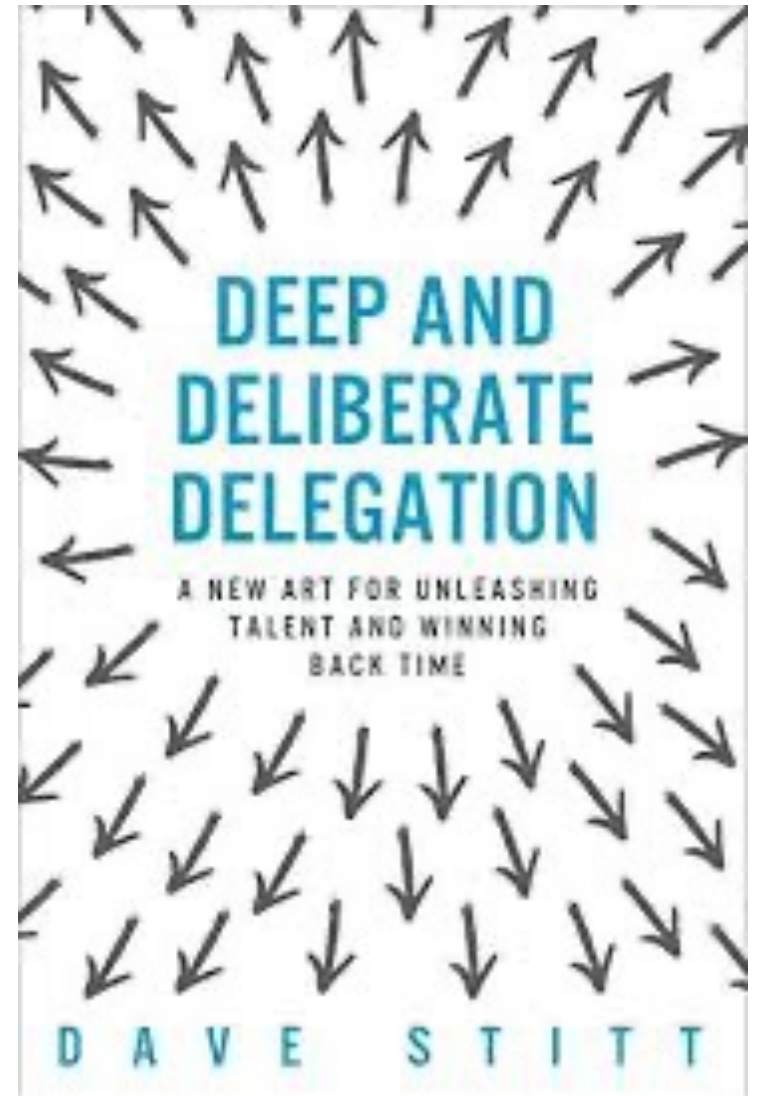


prime video



Lectura sugerida

Aquellos que saben delegar infunden confianza, están organizados, se comunican bien y dejan que la gente siga mientras brindan retroalimentación efectiva





Comentarios Finales

tapni

EN



Héctor Murguía

¡Desarrollemos tu Maestría Personal y transforma tu vida!

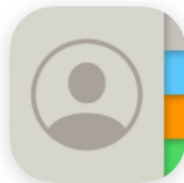
Connect



Website



Email



Guardar Contacto



héctor
murguía



Gracias!



héctor
murguía

Liderazgo Trascendental & Maestría Personal

Módulo 8
Gestión del Tiempo