



Dr. Sergio Teijero Páez  
Profesor e Investigador Asociado  
Facultad de Humanidades y Educación  
Universidad Central de Venezuela



Emocional



Social



Ejecutiva



Creativa



Espiritual

# Múltiples inteligencias

para la gerencia organizacional. Una  
visión empresarial para las  
organizaciones del siglo XXI

Versión 1.0  
2016

## **EL GRAN TRIUNFADOR**

**Cuando el egoísmo no limite tu capacidad de amar,  
Cuando confíes en ti mismo, aunque todos duden de ti,  
Cuando dejes de preocuparte por el que dirán,  
Cuando tus acciones sean tan concisas en duración como largas en resultados,  
Cuando puedas renunciar a la rutina sin que ella altere el metabolismo de tu vida,  
Cuando sepas distinguir la sonrisa de la burla y prefieras la eterna lucha,  
Que la compra de la larga victoria  
*Cuando ser espontáneo te libre del método,*  
Cuando actúes por convicción y no por adulación,  
Cuando puedas ser pobre sin perder tu riqueza y rico sin perder tu humildad,  
Cuando sepas perdonar tan fácilmente como ahora te disculpas,  
Cuando puedas caminar junto al pobre sin olvidar que es un DIOS,  
Cuando sepas enfrentar tus errores tan fácil y positivamente como tus aciertos,  
Cuando halles satisfacción compartiendo tu riqueza,  
Cuando sepas manejar tu libertad, para pensar, hablar, leer, escribir,  
Y hasta escuchar sin caer en excesos,  
Cuando sepas obsequiar tu silencio a quien no te pide palabras,  
Y tu ausencia a quien no te aprecia,  
Cuando ya no debas sufrir para conocer la felicidad,  
Y no seas capaz de cambiar tus sentimientos y tus metas, por el placer,  
Cuando no trates de hallar las respuestas en las cosas que te rodean,  
Sino en tu propia persona,  
Cuando aceptes tus errores y no pierdas la calma,  
Entonces, y sólo entonces,**

***SERAS UN GRAN  
TRIUNFADOR***

**MÚLTIPLES INTELIGENCIAS PARA LA GERENCIA ORGANIZACIONAL**  
**Una visión empresarial para las organizaciones del siglo XXI**

**DR. SERGIO TEIJERO PÁEZ**  
**Universidad Central de Venezuela**  
**Universidad Nacional Experimental de la Fuerza Armada**



Doctor en Educación. Profesor Asociado de la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad Central de Venezuela. Durante 38 años se ha desempeñado como profesor universitario. Conferencista nacional e internacional. Profesor de las asignaturas Tecnologías de la Información y la (TIC), Aplicaciones de las TIC en Unidades, Servicios y Sistemas de Información, Gestión del Conocimiento e Inteligencia Tecnológica y los talleres E-Learning y Entornos Virtuales de Información y Comunicación en Unidades de Información. Profesor de la UNEFA en las Maestrías de Tecnología Educativa, Gerencia de las TIC, Gobierno Electrónico y el Doctorado en Innovaciones Educativas. Asesor Técnico y Coordinador Académico de la Asociación de Bibliotecas Nacionales de los países de Iberoamérica (ABINIA). Facilitador y Coordinador Académico del Programa Regional de Capacitación en Ciencias de la Información del convenio ABINIA-Universidad Nacional Abierta (UNA). Dicta cursos y asesora proyectos y tesis en las áreas de Información, Tecnología, Comunicaciones, Automatización, Gestión de la Información y el Conocimiento, Gerencia de Proyectos y TIC, E-Learning, Inteligencia Artificial, Inteligencia Emocional, Inteligencia Social, Inteligencia Ejecutiva, Inteligencia Creativa, Inteligencia Espiritual, Inteligencia Ecológica y múltiples inteligencias para la enseñanza y el aprendizaje. Ingeniero Electricista, Especialista en Informática y Automatización. Ha dictado más de 200 conferencias y cursos a nivel nacional e internacional. Ha participado en 30 eventos científicos de carácter nacional e internacional presentando un total de 22 ponencias. Ha publicado 25 artículos arbitrados en revistas nacionales e internacionales, 8 libros de texto de apoyo a la docencia, 4 Documentos Web, 6 materiales de apoyo a la docencia y 4 cursos para la educación a distancia bajo la plataforma Moodle. Sus libros más recientes en formato digital publicado en noviembre de 2014 y diciembre de 2015 respectivamente se titulan: “Las mutaciones de las bibliotecas en el siglo XXI. De la biblioteca convencional a la biblioteca digital y virtual ¿La biblioteca digital nace o se hace?”(2014), “Entornos Virtuales Constructivistas para la Enseñanza y el Aprendizaje” (2015) e “Inteligencia Espiritual. La suprema de las inteligencias” (2016). Sus libros en proceso de publicación se titulan: Inteligencia Social: Conciencia Situacional en el marco de un Nuevo Modelo Pedagógico y Cultural y Entornos Virtuales de Enseñanza y Aprendizaje: Una aproximación teórica a los entornos de aprendizaje constructivistas.

Teléfono celular: (0416) 6335561

Correo electrónico: [steijero@cantv.net](mailto:steijero@cantv.net) / [steijero@gmail.com](mailto:steijero@gmail.com).

# MÚLTIPLES INTELIGENCIAS PARA LA GERENCIA ORGANIZACIONAL

## Una visión empresarial para las organizaciones del siglo XXI

**INTELIGENCIA** es la capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla en resolver problemas. Es facilidad para aprender, aprehender o comprender, es percepción, intelecto e intelectualidad. Es calidad o capacidad de comprender y adaptarse fácilmente. Es capacidad para resolver situaciones problemáticas.

La **INTELIGENCIA EMOCIONAL** es evitar que la angustia interfiera con las facultades personales y en la capacidad de empatizar y confiar en los demás. Es la capacidad de motivar a las personas a perseverar en el empeño a pesar de las frustraciones. Es regular los estados de ánimo, controlar los impulsos y diferir las gratificaciones

La **INTELIGENCIA SOCIAL** es una combinación de comprensión básica de la gente, una especie de conciencia social estratégica y un conjunto de habilidades para interactuar con éxito con ella. Permite crear capacidades para adentrarse en el modo de vida de la gente apreciando en profundidad su comportamiento ante la sociedad. Permite crear capacidades para que la gente coopere en el intento de comprender su comportamiento.

La **INTELIGENCIA EJECUTIVA** es una especial claridad mental y un instinto para los negocios que supera cualquier educación formal recibida un ser humano. Su fundamento es la capacidad de un individuo para utilizar hábilmente la información que dispone y guiar con ella su pensamiento y sus acciones.

La **INTELIGENCIA CREATIVA** trata de resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza.

La **INTELIGENCIA ESPIRITUAL** es la que produce un estado de relajación en el ser humano cuando logra que el espíritu se acerque al cuerpo y se produzca la multiplicación del poder de la mente. Es en ese momento, cuando el ser humano se activa, pierde el miedo, baja los niveles de estrés, es capaz de realizar un sexo inteligente sólo o acompañado, en fin es capaz de unir lo espiritual con lo material y llevar una vida más feliz. Se convierte, a su vez, en un ser humano dispuesto a enfrentar la vida, asumir riesgos, vivir, sentir y brindar placer a sus semejantes. Es la conversión de un ser humano normal a uno creativo, eminentemente inteligente y sobre todo eminentemente espiritual.

**Nota 1 del autor:** El contenido del libro está liberado de manera exclusiva en el **Repositorio Institucional Saber UCV** como muestra de la importancia de difundir el conocimiento científico. <http://saber.ucv.ve/jspui/simple-search?query=teijero+sergio+>

**Nota 2 del autor:** Las imágenes que aparecen en la obra (portada, contenido y carátula) son cortesía de Google. Los videos son cortesía de YouTube.

2016 TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS

ISBN: 978-980-12-8542-7

Depósito legal Nro. lf252201635053

## Dedicatoria

A la grandeza científica de cinco grandes de la inteligencia a escala mundial, inspiradores de esta obra.



**Howard Gardner.** Psicólogo norteamericano. Profesor de Educación y Psicología de la Universidad de Harvard. Profesor de Neurología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Boston. Creador de las Múltiples Inteligencias.



**Lair Riveiro.** Médico Cardiólogo. Investigador Asociado en el Baylor College of Medicine de Houston. Profesor Asistente y Profesor Adjunto en la Universidad Thomas Jefferson de Filadelfia. Autor del libro El éxito no llega por casualidad y La Inteligencia Aplicada, entre otros.



**Tony Buzan.** Escritor y consultor educativo. Ha trabajado con entidades corporativas y jurídicas de todo el mundo, así como con atletas, niños, gobiernos e individuos con alto perfil. Es el creador de los Mapas Mentales.



**Daniel Goleman.** Ph.D. en Desarrollo Clínico de la Psicología y la Personalidad de la Universidad de Harvard. Dicta seminarios y conferencias para gente de negocios, grupos profesionales y universitarios. Trabaja vinculado al funcionamiento del cerebro y las ciencias del comportamiento. Autor del Best-Seller Inteligencia Emocional



**Karl Albrecht.** Médico psiquiatra. Ha trabajado como consultor en el mundo empresarial de EE.UU, Europa, Asia, América del Sur, Oriente Medio y Australia. Su libro más difundido en la actualidad es Inteligencia Social.

A mis compañeros profesores y estudiantes de la Escuela de Bibliotecología y Archivología (EBA), de la Facultad de Humanidades y Educación (FHE), de la Universidad Central de Venezuela (UCV) y de la UNEFA que, día a día me apoyan en mi empeño de dar lo mejor de mí por enseñar y educar a mis estudiantes.

A la memoria de mi querida e inolvidable **LINA ZORAIDA CARVAJAL** a los 14 años de su desaparición física. **SIEMPRE TE RECORDARE**

## **Agradecimiento**

A mi esposa la profesora Dra. Isneida Thais Riverol Burgos por su apoyo incondicional a lo largo del desarrollo de toda la obra, así como por la revisión metodológica de la misma.

A todos aquellos que de buena fe me alentaron para escribir una obra de esta naturaleza. El libro que aborda las múltiples inteligencias que intervienen en el quehacer diario de los gerentes de una organización a todos los niveles. La obra que agrupa cinco de las inteligencias fundamentales que deciden la vida personal, social y laboral de todo ejecutivo: la inteligencia emocional, la social, la ejecutiva, la creativa y la espiritual.

**GRACIAS A TODOS LOS QUE COLABORARON CON ESTE ESFUERZO, HOY  
HECHO REALIDAD**

## PRÓLOGO

Los recibo con gran satisfacción para compartir con ustedes un interesante viaje por el mundo de las *Múltiples Inteligencias para la Gerencia Organizacional. Una visión emocional, social, ejecutiva, creativa y espiritual para las organizaciones del siglo XXI.*

Esperaba la llegada de ustedes con impaciencia y entusiasmo. Consciente de que un libro encierra un universo de conocimientos, enseña, hace reflexionar, dicta pautas, cambia conductas y traza un camino para la vida. Pero más allá de ello, usted está aquí para formar parte de una nueva forma de pensar, consciente de que el mundo de la gerencia organizacional en el siglo XXI está asumiendo nuevas responsabilidades, que requieren conocer, cómo controlar las emociones; saber, cómo manifestarse socialmente, ejecutar y tomar decisiones con nuevos conocimientos; ser creativo, en todos los aspectos de la vida; así como, tener la capacidad de ir más allá de lo biofísico y social, más allá del cuerpo y las emociones para darle sentido a la vida.

Usted es una persona inteligente, con capacidad de reflexión, capaz de asumir retos, trabajar bajo presión y saber tomar buenas decisiones, eso lo hace ser un buen gerente. Sin embargo, voy a desafiar todas esas buenas cualidades a través de las ideas propuestas en esta obra. Aproveche esta coyuntura, la lectura participativa de este libro traerá grandes repercusiones en su vida gerencial y personal.

Comencemos haciendo un poco de historia.

Todo comenzó cuando finalizaba el día de mi cumpleaños en el mes de julio de 2011. En ese momento decidí realizar una importante reflexión en mi muro de Facebook que quiero compartir con usted.

No asimilen comportamientos tóxicos que los contaminen,  
sólo asimilen comportamientos nutritivos que le enriquezcan  
el alma. Hagan el bien y no difamen que el universo se los  
devolverá.

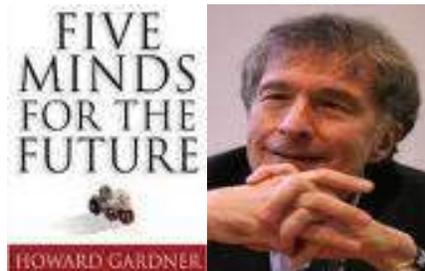
A partir de esta reflexión recibí muchas ideas nutritivas de amigos, colegas y alumnos, por lo que decidí continuar esta línea de reflexiones en mi discurso, recomendando leer a **Howard Gardner, Lair Riveiro, Daniel Goleman, Tony Buzan y**

**Kart Albrecht**, cinco grandes de la inteligencia a nivel mundial, quienes estudiaba desde 2010, así como afirmar según Goleman que:

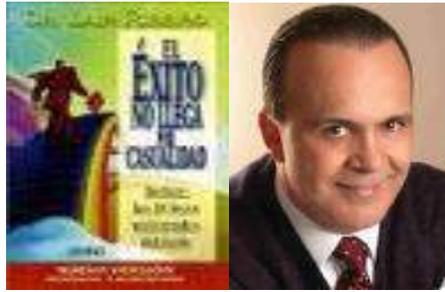
Los seres humanos tenemos una predisposición natural para la empatía, la cooperación y el altruismo y lo único que necesitamos es desarrollar nuestra inteligencia social.

Reflexionando sobre importancia de estos temas, consideré pertinente abrir un foro virtual en mi muro de Facebook, sobre la influencia de la inteligencia social en el logro de los aprendizajes mediante el análisis de las reflexiones de los autores **Albrecht (2007)**, **Buzan (2008)**, **Goleman (2010)** y **Lair Riveiro (2003)**, así como una pregunta para debatir, invitando a los posibles participantes a la *Gran Fiesta del Aprendizaje*, bajo la óptica de los planteamientos de:

**Howard Gardner.** Psicólogo norteamericano. Profesor de Educación y Psicología de la Universidad de Harvard. Profesor de Neurología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Boston. Creador de las Múltiples Inteligencias.



**Lair Riveiro.** Médico Cardiólogo. Investigador Asociado en el Baylor College of Medicine de Houston. Profesor Asistente y Profesor Adjunto en la Universidad Thomas Jefferson de Filadelfia. Autor del libro “El éxito no llega por casualidad” y “La Inteligencia Aplicada”, entre otros.



**Karl Albrecht.** Médico psiquiatra. Ha trabajado como consultor en el mundo empresarial de EE.UU, Europa, Asia, América del Sur, Oriente Medio y Australia. Su libro más difundido en la actualidad es Inteligencia Social.

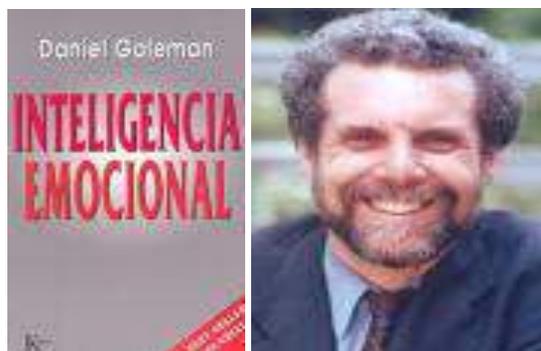


**Tony Buzan.** Escritor y consultor educativo. Ha trabajado con entidades corporativas y jurídicas de todo el mundo, así como con atletas, niños, gobiernos e individuos con alto perfil. Es el creador de los Mapas Mentales.



**Daniel Goleman.** Ph.D. en Desarrollo Clínico de la Psicología y la Personalidad de la Universidad de Harvard. Dicta seminarios y conferencias para gente de negocios, grupos

profesionales y universitarios. Trabaja vinculado al funcionamiento del cerebro y las ciencias del comportamiento. Autor del Best-Seller Inteligencia Emocional.



Fueron estos acontecimientos los que inicialmente me inclinaron a profundizar en el mundo de las inteligencias. Sin embargo, posteriormente aparecieron otros horizontes que ampliaron los objetivos de mi discurso, llevándolo no sólo al campo de los aprendizajes sino además, al estudio del comportamiento emocional, social, ejecutivo y creativo del ciudadano en las organizaciones empresariales, las comunidades y grupos sociales, que se aglomeran en empresas, barrios, edificios y juntas comunales, alrededor de alcaldías, gobernaciones y estados a lo largo de todo el país.

En tal sentido, comencé a preparar materiales, dictar conferencias y cursos, hasta que decidí escribir mi primera obra de este tipo la que denominé: *“Inteligencia social: Conciencia Situacional en el marco de un Nuevo Modelo Pedagógico Cultural”*, la cual se encuentra en proceso de publicación por la Editorial El Perro y la Rana del Ministerio del Poder Popular para la Cultura. Posteriormente, en este mismo orden de ideas, he escrito otras obras como “De la biblioteca convencional a la biblioteca digital y virtual ¿La biblioteca digital nace o se hace?”(2014), “Entornos Virtuales Constructivistas para la Enseñanza y el Aprendizaje” (2015) e “Inteligencia Espiritual. La suprema de las inteligencias” (2016).

Sólo me queda invitarte a leer y estudiar profundamente esta obra tratando de asociar sus contenidos a la realidad de tu vida cotidiana, que es eminentemente espiritual. Pensando en nuestro comportamiento emocional, social, ejecutivo, creativo y espiritual, para con nosotros mismos, con nuestros familiares y amigos, así como en el acompañamiento que le brindamos a nuestros estudiantes; en como los comprendemos; en

las acciones que nos toca tomar, conducidas por la toma de decisiones, para lograr que nuestros estudiantes se formen y construyan sus propios conocimientos; así como, logrando que el aprendizaje obtenido sea verdaderamente significativo. Preguntádonos, si estamos dirigiendo bien la acción y que retroalimentación estamos recibiendo; convencidos que siempre estaremos dispuestos a corregir los errores cometidos, reorientar la acción; así como, seguir avanzando de manera cada vez más creativa, hacia el éxito del proceso de enseñanza y aprendizaje, en la formación profesional y ciudadana de nuestros estudiantes, que desde hoy los conducimos por el camino espiritual, para formar al hombre y la mujer nueva que necesita nuestra patria, Venezuela.

**DR. SETGIO TEJERO PÁEZ**

## **Contenido**

### **Parte 1. Inteligencia emocional y social**

#### **Tema 1. Inteligencia e inteligencias múltiples**

- Inteligencia
- Inteligencias múltiples
- Inteligencia desde la óptica de las neurociencias
- Patrones de inteligencia que se proyectan hacia la genética, la cultura y los conocimientos

#### **Tema 2. Inteligencia emocional**

- ¿Por qué es necesario conocerse a sí mismo para triunfar en la vida?
- Precursores del concepto de inteligencia emocional. ¿Cómo se desarrolló el concepto de inteligencia emocional?
- ¿Qué es la inteligencia emocional?
- Dimensiones de la inteligencia emocional
- Aptitudes emocionales. Líneas orientadoras para la capacitación. Mejores prácticas de la inteligencia emocional
- ¿Cómo dotar a la organización de inteligencia emocional?
- ¿Qué opina Kart Albrecht sobre inteligencia emocional?

#### **Tema 3. Inteligencia social**

- ¿Por qué es posible delinear con claridad un modelo de inteligencia social a partir del concepto de inteligencia emocional?
- ¿Cómo convertir un conflicto en una buena relación social?
- ¿Qué es la inteligencia social?
- ¿Qué son los comportamientos tóxicos y los comportamientos nutritivos? Ejemplos
- ¿Cómo dotar a la organización de inteligencia social?
- ¿Cuál es la importancia de la inteligencia social para lograr un buen desempeño profesional?

#### **Tema 4. Modelos de inteligencia social**

- Modelo de Daniel Goleman. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de Daniel Goleman?

- Modelo de Tony Buzán. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de Tony Buzán?
- Modelo de Kart Albrecht. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de Kart Albrecht?
- Modelo de interacción de inteligencia social. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de interacción de inteligencia social de Sergio Tejero?

## **Tema 5. Ejemplos y secretos de la inteligencia social**

¿Cómo contribuye a mantener una buena relación social?

- Interpretar a las personas
- Reunirse y saludar con sentimiento
- Utilizar gestos de afecto apropiado
- El arte de escuchar
- Hacer que tus gestos sean coherentes con tus palabras
- Observar la coherencia e incoherencia en los demás
- El arte de relacionarse
- Realizar negociaciones al estilo ganar-ganar
- Reconocer tus errores
- Mostrar aprecio
- Hacer regalos
- Celebrar con estilo
- Compartir los malos momentos de las demás personas

## **Tema 6. Pilares para una comunicación eficaz**

Bibliografía

## **Parte II. Inteligencia ejecutiva**

### **Tema 1. A manera introducción y de activación de los conocimientos previos**

- ¿Qué es la inteligencia?
- ¿Qué opina José A. Marina sobre el concepto de inteligencia?
- ¿Cuáles son las inteligencias múltiples?
- ¿Cuál es la novena inteligencia según Howard Gardner?

### **Tema 2. Otras inteligencias**

- Tres nuevas inteligencias según José A. Marina
- Modelo de inteligencias estructurado en dos niveles

Bibliografía

### **Tema 3. Inteligencia ejecutiva**

- ¿Qué se entiende por inteligencia ejecutiva?
- ¿Qué nos enseña la inteligencia ejecutiva?
- ¿Cómo definir la inteligencia ejecutiva con dos palabras?
- Habilidades y patologías ejecutivas

### **Tema 4. Inteligencia ejecutiva organizacional**

- Inteligencia ejecutiva para los líderes del siglo XXI
- Ventajas competitivas del talento
- Ejecución de las ideas
- Cómo medir la Inteligencia Ejecutiva
- Valor de la inteligencia ejecutiva

Bibliografía

## **Parte III. Inteligencia creativa**

### **Tema 1. A manera introducción y de activación de los conocimientos previos**

- Creatividad
- ¿Qué es la inteligencia?
- ¿Cuáles son las inteligencias múltiples?
- ¿Qué es la inteligencia emocional?
- ¿Qué es la inteligencia social?
- ¿Cuál es la novena inteligencia según Howard Gardner?
- ¿Qué es la inteligencia ejecutiva?
- ¿Qué es la inteligencia computacional?
- Modelo de inteligencia en dos niveles

### **Tema 2. Inteligencia creativa**

- Hasta qué punto te consideras creativo
- Personalidad creativa
- ¿Qué es la inteligencia creativa? Comienza un hermoso viaje creativo
- Factores que componen la inteligencia creativa
- Ejercita tu mente y despierta tu genio creativo
- Ejercicio 1 de creatividad

### **Tema 3. Mapas mentales**

- Utiliza mapas mentales. Mapa mental DIVERSIÓN
- Mapas mentales creativos
- Ejercicio 2 de creatividad

#### Tema 4. Optimismo inteligente, productividad, creatividad y originalidad

- Productividad creativa
- Ejercicio 3 de creatividad
- Flexibilidad y originalidad creativa
- Ejercicio 4 de creatividad

#### Tema 5. Tesis fundamentales sobre inteligencia creativa

- La inteligencia humana como inteligencia animal transfigurada por la libertad
  - La inteligencia creativa se logra haciendo proyectos
  - ¿Cómo elaborar un proyecto creativo en 7 pasos?
  - 10 consejos para potenciar el ingenio. Jonah Lehrer
- Bibliografía

### **Parte IV. Inteligencia espiritual**

- Tema 1. Espíritu, espiritualidad e inteligencia espiritual
  - Tema 2. Indaga sobre una nueva visión global de la vida
  - Tema 3. Investiga sobre los valores espirituales del ser humano
  - Tema 4. Busca una nueva visión y propósito de vida
  - Tema 5. Compréndete a ti mismo para poder comprender a los demás
  - Tema 6. Utiliza la risa y el humor para darle sentido a la vida
  - Tema 7. Maneja el ritual sobre tu cuerpo, el cerebro y la vida
  - Tema 8. Libera la ansiedad, la distracción y la aflicción a través de la paz
  - Tema 9. Recurre al amor para fortalecer tu espíritu
- Bibliografía

# MÚLTIPLES INTELIGENCIAS PARA LA GERENCIA ORGANIZACIONAL

## Una visión empresarial para las organizaciones del siglo XXI

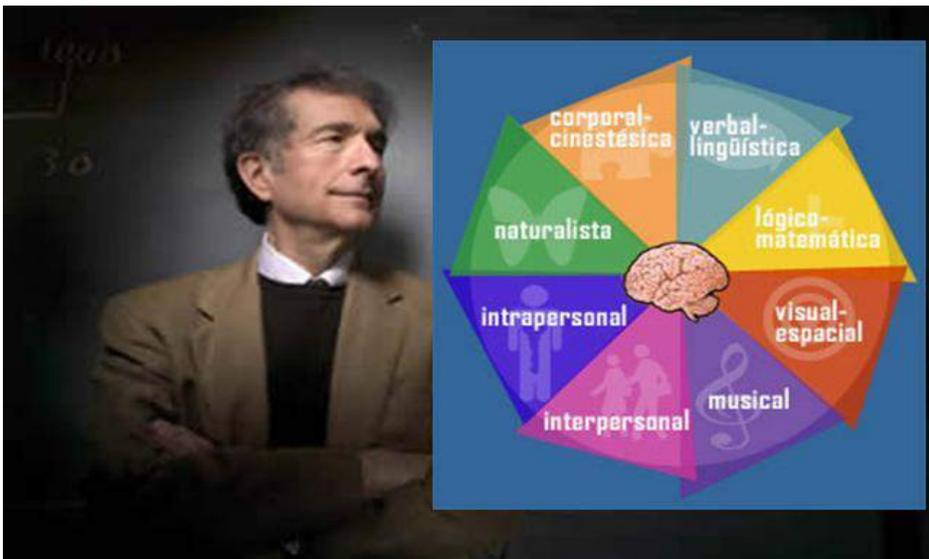
### Resumen

El libro está estructurado en cuatro (4) partes. Partiendo del concepto de *INTELIGENCIA*, como la capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla en resolver problemas. Es facilidad para aprender, aprehender o comprender, es percepción, intelecto e intelectualidad. Es calidad o capacidad de comprender y adaptarse fácilmente. Es capacidad para resolver situaciones problemáticas. Se aborda el modelo de inteligencias múltiples elaborado por Howard Gardner y de ahí considerando otras inteligencias definidas por José Antonio Marina y Tony Buzan, se presenta el modelo de múltiples inteligencias que comprende la *INTELIGENCIA EMOCIONAL*, como la capacidad de evitar que la angustia interfiera con las facultades personales y en la capacidad de empatizar y confiar en los demás. Es la capacidad de motivar a las personas a perseverar en el empeño a pesar de las frustraciones. Es regular los estados de ánimo, controlar los impulsos y diferir las gratificaciones. La *INTELIGENCIA SOCIAL*, que se presenta como una combinación de comprensión básica de la gente, una especie de conciencia social estratégica y un conjunto de habilidades para interactuar con éxito con ella. Permite crear capacidades para adentrarse en el modo de vida de la gente apreciando en profundidad su comportamiento ante la sociedad. Permite crear capacidades para que la gente coopere en el intento de comprender su comportamiento. La *INTELIGENCIA EJECUTIVA*, que constituye una especial claridad mental y un instinto para los negocios que supera cualquier educación formal recibida un ser humano. Su fundamento es la capacidad de un individuo para utilizar hábilmente la información que dispone y guiar con ella su pensamiento y sus acciones. La *INTELIGENCIA CREATIVA*, que trata de resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza. Y por último, La *INTELIGENCIA ESPIRITUAL*, que produce un estado de relajación en el ser humano cuando logra que el espíritu se acerque al cuerpo y se produzca la multiplicación del poder de la mente. Es en ese momento, cuando el ser humano se activa, pierde el miedo, baja los niveles de estrés, es capaz de realizar un sexo inteligente sólo o acompañado, en fin es capaz de unir lo espiritual con lo material y llevar una vida más feliz. Se convierte, a su vez, en un ser humano dispuesto a enfrentar la vida, asumir riesgos, vivir, sentir y brindar placer a sus semejantes. Es la conversión de un ser humano normal a uno creativo, eminentemente inteligente y sobre todo eminentemente espiritual.

**Palabras clave:** inteligencia, inteligencia emocional, inteligencia social, inteligencia ejecutiva, inteligencia creativa, inteligencia espiritual.

## Introducción

Avanzaban mis investigaciones cuando me adentré en el estudio de las obras de **Howard Gardner** y su teoría acerca de las inteligencias múltiples. Allí pude precisar, que Gardner iba más allá del concepto de inteligencia como “(...) la capacidad que poseen los seres humanos, los animales y los ordenadores, de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla para resolver problemas”. Gardner, al referirse a las inteligencias del ser humano expresaba: “El concepto de inteligencia como medida singular de competencia debe desaparecer. Los seres humanos tienen una gama de competencias, denominadas inteligencias, que existen en diferentes proporciones en distintas personas”.



Y continuaba diciendo:

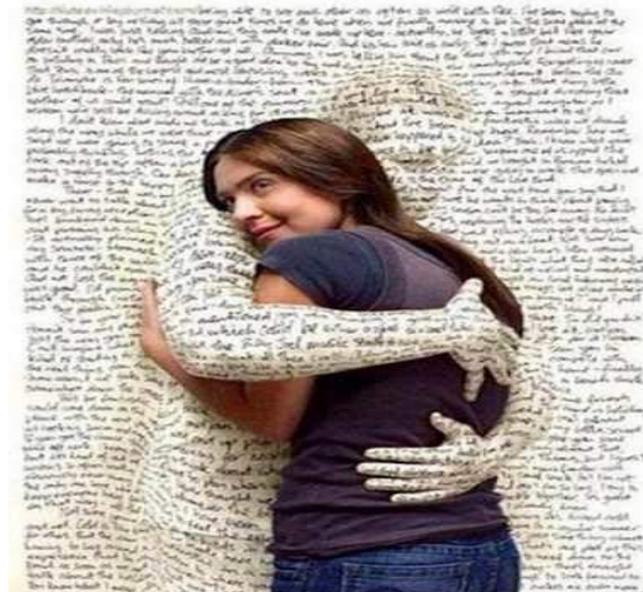
“Considerar la eficacia humana reducida a la idea de una única inteligencia es como desplazar a un segundo plano la posibilidad que tiene una persona de ser cada vez más eficaz en su relación social con los demás (...) Los seres humanos poseen por lo menos ocho inteligencias diferentes, desarrolladas en en cada persona acordes con su dotación biológica, su interacción con el ambiente y la cultura en que crecieron y desarrollaron. Los seres humanos poseen múltiples inteligencias.



**Musical.** Es totalmente abstracta y sentimental, las personas que poseen esta inteligencia tienen una excelente capacidad auditiva, pueden llevar el ritmo, el tono y el timbre, logrando combinar diferentes instrumentos que suenen en correcta perfección.



**Verbal-lingüística.** Capacidad para utilizar el lenguaje oral y escrito para comunicar sentimientos.





**Interpersonal o social.** Capacidad para sentir distinciones entre los demás.



**Naturista.** Capacidad para percibir relaciones entre las especies.



En ese momento comprendí que mi visión y discurso estaban concentrados en lo social y lo emocional, quizás por aquella presunción que hice inicialmente de tratar de transmitir mi preocupación por lo importante, que resultaba para el ser humano conocerse a sí mismo y controlar sus emociones, para luego relacionarse y sentir distinción por los demás.

Mi sorpresa fue aún mayor cuando al seguir estudiando a Gardner descubro, que ahora se planteaba una novena inteligencia que la denominaba como la de las grandes preguntas expresando:

“Cuando los niños preguntan el tamaño del universo, cuando los adultos meditan sobre la muerte, el amor, el conflicto, el futuro del planeta, se están ocupando de cuestiones existenciales”. Sin embargo, ”(...) mi duda en declararla como una inteligencia totalmente estructurada, surge de mi mi incertidumbre sobre si ciertas regiones del cerebro están dedicadas, a la contemplación de cuestiones muy vastas o demasiados imperceptibles para definir las”.

En sus escritos más recientes Gardner ya no plantea duda, ahora afirma que son nueve las inteligencias que posee el ser humano.

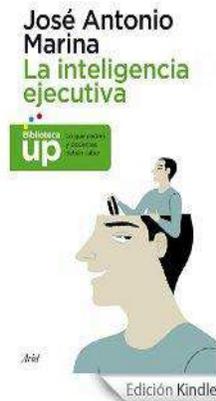
Sin embargo, la historia no quedó aquí. Resulta que ahora entra en la escena de las inteligencias un nuevo personaje.



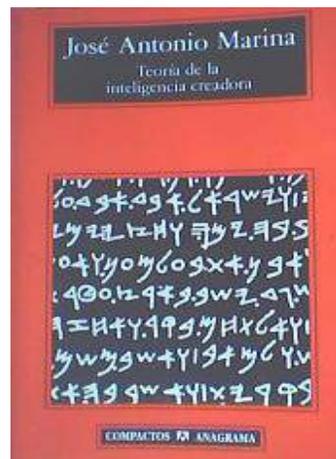
Un catedrático de filosofía en el Instituto Madrileño de La Cabrera, Doctor Honoris Causa por la Universidad Politécnica de Valencia. Conferencista y floricultor. Estudió filosofía en la Universidad Computense de Madrid. Su labor investigadora se ha centrado en el estudio de la inteligencia y en especial de los mecanismos de la creatividad artística, científica, tecnológica y económica. Sus últimos libros tratan de la inteligencia en las organizaciones y de las estructuras políticas. Se trata de **José Antonio Marina**.

Marina, propone dos nuevas inteligencias la Inteligencia Ejecutiva y la Inteligencia Creativa.

La **inteligencia ejecutiva**, es la que organiza a todas las demás inteligencias y tiene como objetivo **DIRIGIR BIEN LA ACCIÓN**, aprovechando nuestros conocimientos y emociones. Son aquellas operaciones mentales que permiten elegir objetivos, elaborar proyectos y organizar la acción para realizarlos.



La **Inteligencia Creadora o Creativa** trata de resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza.



Además, Marina hace referencia a la **Inteligencia Computacional o Generadora**, que nos indica que el cerebro funciona como una gran computadora, haciendo operaciones sin que lo sepamos. “(...) Es un conjunto de procedimientos preestablecidos y

preprogramados que se realizan con un mínimo control consciente e incluso de conocimientos”.



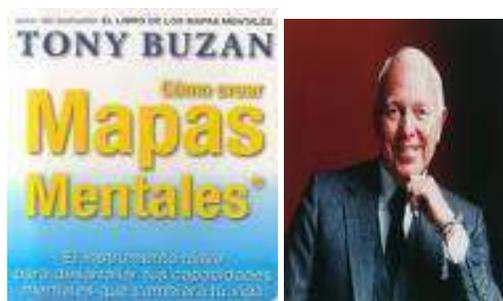
Pero Marina va más allá, al proponer un **Modelo de Inteligencias** estructurado en dos niveles. Expresa que, “(...) siguiendo los descubrimientos de la neurociencia, la experiencia proporcionada por las investigaciones sobre inteligencia artificial y la observación psicológica, creo que hay que admitir que existe un modelo de inteligencia estructurado en dos niveles”.

Efectivamente, Marina propone su modelo de la siguiente forma: un **Nivel Computacional** generador de ideas, sentimientos, deseos, imaginaciones e impulsos y un **Nivel Ejecutivo**, que intenta controlar, dirigir, corregir, iniciar y apagar todas esas operaciones mentales, con mayor o menor éxito.

Dos contribuciones importantes la realizan el experto en evaluación de ejecutivos, graduado con honores en Haverford College, que obtuvo un master en Psicología en la Universidad de Pennsylvania. Con doctorado en Comportamiento Organizativo en la Claremont Graduate University, **Justin Menkes**. Quien además, es autor del libro que trata sobre las características de los ejecutivos exitosos en el siglo XXI titulado: ***Better under pressure y del best seller Inteligencia Ejecutiva.***



Y, **Tony Buzan**, el creador de los Mapas Mentales.



Habiendo construido todos estos nuevos conocimientos decido crear el “**Programa de Capacitación en Múltiples Inteligencias**”, integrado por tres (3) cursos, a saber: Inteligencia Emocional y Social, Inteligencia Ejecutiva e Inteligencia Creativa. Y comienzo a dictarlos por separado en diferentes organismos del Estado, universidades e institutos de investigación.

A principio de 2014, ya teniendo consolidado el Programa comienzo su divulgación y es en ese momento cuando me contactan del Banco del Pueblo Soberano y SAFONACC (actual SAFONAPP), pertenecientes al Ministerio del Poder Popular para las Comunas para dictar el Programa. Se imparte por primera vez completo a un grupo de veinte (20) personas obteniéndose resultados satisfactorios.

Adentrado el año 2015, comienzo a investigar sobre un nuevo tipo de inteligencia, la inteligencia espiritual, que es la más nueva y a la vez la más antigua de las inteligencias, considerada por muchos autores la suprema de las inteligencias. Hay reportes muy específicos de ella por lo menos hace 2.500 años, cuando el Buda la llamó visión cabal o Vipassana. La señaló como la capacidad de visión penetrativa para comprender la realidad

profunda de los fenómenos y ver las cosas como son. Esta comprensión era la base para superar la ignorancia, base del sufrimiento y alcanzar la verdadera felicidad. El Apóstol Pablo de Tarso en la carta a los Colosenses en el Cap. 1: 9-10 ora pidiendo inteligencia espiritual y la describe como la capacidad dada por Dios para vivir plenamente en congruencia con la fe cristiana proclamada.

La psicóloga Cynthia Davis-Lockwood, enseña a las personas como vivir sus vidas de una manera espiritualmente inteligente. Define la inteligencia espiritual como el modo definitivo de conocimiento. La utilizamos para "(...) imaginar posibilidades no realizadas y para trascender el metódico y pesado caminar de la vida. La utilizamos también para entender el dolor, para responder las cuestiones filosóficas básicas sobre la vida y para encontrar sentido tanto temporal como existencial".

Para Davis-Lockwood, las características de la inteligencia espiritual serían: una elevada autoconciencia, capacidad para afrontar y utilizar el sufrimiento, para trascender el dolor, cualidad para ser inspirado por visiones y valores, renuncia a causar un daño innecesario, tendencia a ver conexiones entre diversas cosas, una marcada tendencia a preguntarse "¿Por qué?" y "¿Qué pasaría si...?" y buscar respuestas fundamentales, así como capacidad para trabajar en contra de lo convencional.

Según Wolman, psicólogo de la Harvard University Medical School, la inteligencia espiritual es: "La capacidad humana para hacer preguntas sobre el significado de la vida y para experimentar simultáneamente la perfecta conexión entre cada uno de nosotros y el mundo en que vivimos".

Para la psicóloga Vaughan, la inteligencia espiritual, además de la auto-conciencia, implica ser conscientes de la relación humana con lo trascendente, con cada uno, con la tierra y con todos los seres humanos. Trabajando como psicoterapeuta, su impresión es que la inteligencia espiritual abre el corazón, ilumina la mente, e inspira el alma. La inteligencia espiritual está relacionada con la inteligencia emocional, porque la espiritualidad implica desarrollar una sensibilidad intrapersonal e interpersonal. Prestar atención a los pensamientos y sentimientos subjetivos y cultivar la empatía que es parte del aumento de la conciencia de la vida espiritual interior.

La mencionada autora añade que los seres humanos utilizan la inteligencia espiritual cuando exploran el significado de preguntas como "¿Quién soy yo?", "¿Por qué estoy aquí?" o

¿Qué es lo que realmente importa? Señala, que la inteligencia espiritual implica múltiples vías de conocimiento y se orienta a la integración de la vida interior de la mente y el espíritu con la vida exterior del trabajo en el mundo. Puede ser cultivada a través de preguntas fundamentales como la indagación, la práctica y las experiencias espirituales. Es necesaria para discernir sobre las decisiones espirituales, que contribuyen al bienestar psicológico y a una salud amplia del desarrollo espiritual.

La inteligencia espiritual según Zohar y Marshall, es la inteligencia primordial, la que permite afrontar y resolver problemas de significados y valores, ver la vida en un contexto más amplio y significativo, así como determinar qué acción o camino es más valioso para la vida del ser humano. Está en todo el Ser, como una totalidad trabajando de manera armónica con la inteligencia racional y la emocional. Se distingue por las siguientes características: capacidad de ser flexible, poseer un alto nivel de conciencia de sí mismo, afrontar y trascender el dolor y el sufrimiento, ser inspirado por visiones y valores, evitar causar daños innecesarios, ver las relaciones entre las cosas, marcada tendencia a preguntar *¿Por qué?* o *¿Y si?* pretendiendo respuestas fundamentales y facilidad para estar contra las convenciones.

Millman, considera que la inteligencia espiritual pertenece a cada uno de los seres humanos, se encuentra en los corazones y está en el corazón de cada religión, cultura y sistema moral. La vía de acceso a la inteligencia espiritual se da a través de las Leyes Universales.

Para Buzan, la inteligencia espiritual es la forma como cultivar las cualidades vitales de la energía, el entusiasmo, el coraje y la determinación, así como la protección y el desarrollo del alma. Él sugiere 10 formas para despertar el poder de la inteligencia espiritual, que incluye una visión global y de la vida; tener un propósito de vida; desarrollar la compasión, la caridad y la gratitud; descubrir el poder de la risa y de vivir una actitud de entusiasmo, amor ilimitado, sentido de aventura, confianza y sinceridad; así como, reconocer la importancia de la paz, los rituales espirituales y el poder del amor.

Gallegos, señala que la inteligencia espiritual es exclusivamente humana. Agrega que mientras animales y computadoras muestran evidencias de inteligencia emocional e intelectual, la inteligencia espiritual es de exclusividad humana. Sin embargo, la inteligencia emocional está arraigada en el cuerpo biofísico, depende de los instintos,

sentimientos, hormonas, etc., su objetivo es dar una respuesta emocional aceptable a una situación particular. Los animales muestran inteligencia emocional. Por ejemplo: un tigre para lograr atrapar a su presa, necesita ser silencioso, esperar la oportunidad, posponer la satisfacción, atacar en el momento indicado, en síntesis, controlar sus emociones. La inteligencia emocional no pregunta ¿por qué?

Teijero, autor de esta obra, considera que la inteligencia espiritual es el estado de relajación que el ser humano logra cuando el espíritu se acerca al cuerpo y se produce la multiplicación del poder de la mente. Es en este momento, cuando el ser humano se activa, pierde el miedo, baja los niveles de estrés, es capaz de realizar un sexo inteligente sólo o acompañado, en fin es capaz de unir lo espiritual con lo material y llevar una vida más feliz. Se convierte en un ser humano dispuesto a enfrentar la vida, asumir riesgos, vivir, sentir y brindar placer a sus semejantes. Es la conversión de un ser humano normal a uno creativo, eminentemente inteligente y sobre todo eminentemente espiritual.

Igualmente, expone EL Dr. Teijero, que la inteligencia espiritual es la capacidad de ir más allá de lo biofísico y social, más allá del cuerpo y las emociones. Opera con el ojo de la contemplación, es una inteligencia transpersonal porque se sitúa más allá del ego narcisista. Opera con visión universal. Es transracional, porque no se limita a la racionalidad instrumental mecánica de la ciencia. Es la única inteligencia que puede darle sentido espiritual a la vida, es decir, generar sentido trascendente para vivir, alimentar y potenciar la integridad de nuestra mente.

Así mismo, el Dr. Teijero, en sus cursos individuales y colectivos sobre múltiples inteligencias para la gerencia organizacional, el aprendizaje y el comportamiento humano, presenta un modelo de inteligencias, donde en un primer nivel se encuentra la inteligencia básica, como la capacidad de dirigir bien el comportamiento, eligiendo metas, aprovechando la información disponible y regulando las emociones. En un segundo nivel, se refiere a la necesaria interrelación entre la inteligencia emocional, social, ejecutiva y creativa, así como en un tercer nivel ubica a la inteligencia espiritual. Conocer y practicar las diferentes aristas de este modelo le lleva por el camino de una nueva vida y le conduce hacia el éxito, donde consigue lo que desea y llega a la felicidad.

Como se aprecia en estas definiciones, la inteligencia espiritual es la que permite entender el mundo, a los demás y al propio ser humano desde una perspectiva más profunda

y llena de sentido, ayuda a trascender el sufrimiento y ver más allá del mundo material, entrando en esa amplia e interconectada dimensión espiritual, tan alejada del mundo material en el que habitualmente se desenvuelve el ser humano. Por este motivo, muchos autores la consideramos la ***SUPREMA DE LAS INTELIGENCIAS***.

Profundizando en la inteligencia espiritual decido a inicios de 2016 publicar mi más reciente libro al que titulé ***“Inteligencia Espiritual. La Suprema de las Inteligencias”***, cuyo contenido se encuentra liberado en el Repositorio Institucional de la Universidad Central de Venezuela Saber UCV, como muestra de la importancia de difundir el conocimiento científico.

Es así como surge la idea de esta obra, que incluye 59 videos, cortesía de YouTube y múltiples ilustraciones cortesía de Google. En tal sentido, la obra, la cual denominé ***“Múltiples inteligencias para la gerencia organizacional. Una visión empresarial para las organizaciones del Siglo XXI”*** queda estructurada en cuatro (4) partes, a saber:

#### **Parte 1. Inteligencia emocional y social**

Tema 1. Inteligencias e inteligencias múltiples

Tema 2. Inteligencia emocional

Tema 3. Inteligencia social

Tema 4. Modelos de inteligencia social

Tema 5. Ejemplos y secretos de la inteligencia social

Tema 6. Pilares para una comunicación eficaz

#### **Parte III. Inteligencia ejecutiva**

Tema 1. A manera introducción y de activación de los conocimientos previos

Tema 2. Otras inteligencias

Tema 3. Inteligencia ejecutiva

Tema 4. Inteligencia ejecutiva organizacional

#### **Parte III. Inteligencia creativa**

Tema 1. A manera introducción y de activación de los conocimientos previos

Tema 2. Inteligencia creativa

Tema 3. Mapas mentales

Tema 4. Optimismo inteligente, productividad, creatividad y originalidad

Tema 5. Tesis fundamentales sobre inteligencia creativa

#### **Parte IV: Inteligencia espiritual**

Tema 1. Espíritu, espiritualidad e inteligencia espiritual

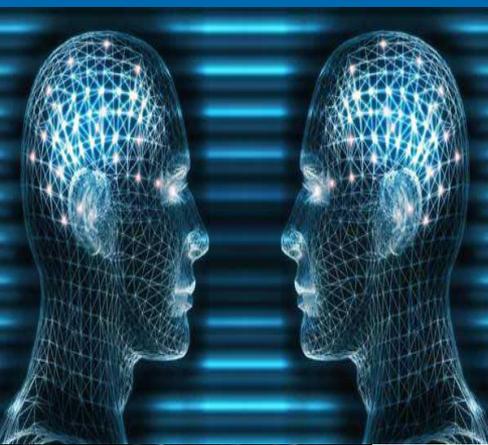
Tema 2. Indaga sobre una nueva visión global de la vida

- Tema 3. Investiga sobre los valores espirituales del ser humano
- Tema 4. Busca una nueva visión y propósito de vida
- Tema 5. Compréndete a ti mismo para poder comprender a los demás
- Tema 6. Utiliza la risa y el humor para darle sentido a la vida
- Tema 7. maneja el ritual sobre tu cuerpo, el cerebro y la vida
- Tema 8. Libera la ansiedad, la distracción y la aflicción a través de la paz
- Tema 9. Recurre al amor para fortalecer tu espíritu

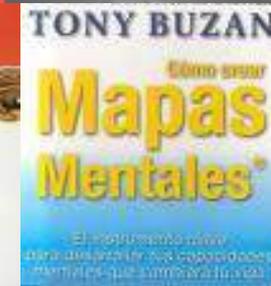
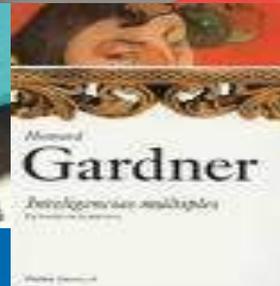
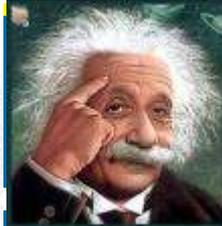
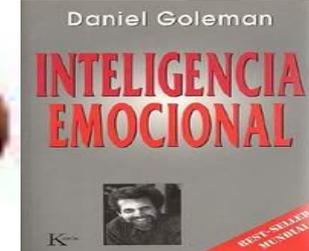
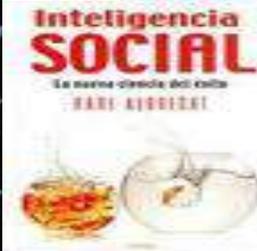
Sólo me queda invitarlos a leer y estudiar la obra tratando de asociar sus contenidos a la realidad de la vida cotidiana, pensando en nuestro comportamiento emocional, social, creativo, ejecutivo y espiritual para consigo mismo y con nuestros subordinados y estudiantes, en las decisiones ejecutivas que tomamos acompañadas de tomas de decisiones, preguntándonos si estamos dirigiendo bien la acción. Reflexionando, hasta donde estamos siendo creativos tratando de resolver los problemas de una manera nueva y eficiente.

Gracias por interesarse en la lectura de este libro. Espero que les resulte de utilidad en su vida cotidiana. Bienvenidos al mundo de las *Múltiples Inteligencias para la Gerencia Organizacional*, con una nueva visión empresarial para el Siglo XXI.

**DR. SERGIO TELJERO PÁEZ**

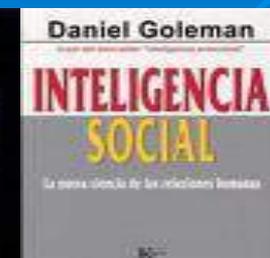


# INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SOCIAL

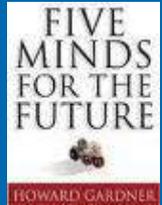


## Inteligencia: Capacidad para resolver problemas

**Dr. Sergio Teijero Páez**  
Profesor e Investigador Asociado  
Universidad Central de Venezuela



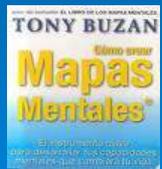
# PRIMERO LO PRIMERO. CINCO GRANDES DE LA INTELIGENCIA A NIVEL MUNDIAL



**Howard Gardner.** Psicólogo norteamericano. Profesor de Educación y Psicología de la Universidad de Harvard. Profesor de Neurología de la Facultad de Medicina de la Universidad de Boston. Creador de las Inteligencias Múltiples.



**Lair Riveiro.** Médico Cardiólogo. Investigador Asociado en el Baylor College of Medicine de Houston. Profesor Asistente y Profesor Adjunto en la Universidad Thomas Jefferson de Filadelfia. Autor del libro “El éxito no llega por casualidad” y “La Inteligencia Aplicada”, entre otros.

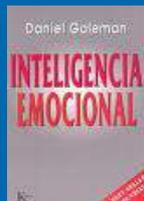


**Tony Buzan.** Escritor y consultor educativo. Ha trabajado con entidades corporativas y jurídicas de todo el mundo, así como con atletas, niños, gobiernos e individuos con alto perfil. Es el creador de los Mapas Mentales.



# PRIMERO LO PRIMERO. CINCO GRANDES DE LA INTELIGENCIA A NIVEL MUNDIAL

**Daniel Goleman.** Ph.D. en Desarrollo Clínico de la Psicología y la Personalidad de la Universidad de Harvard. Dicta seminarios y conferencias para gente de negocios, grupos profesionales y universitarios. Trabaja vinculado al funcionamiento del cerebro y las ciencias del comportamiento. Autor del Best-Seller “Inteligencia Emocional”.



**Karl Albrecht.** Médico psiquiatra. Ha trabajado como consultor en el mundo empresarial de EE.UU, Europa, Asia, América del Sur, Oriente Medio y Australia. Su libro más difundido en la actualidad es Inteligencia Social.



# PARTE I. INTELIGENCIA EMOCIONAL y SOCIAL ORGANIZACIONAL

## CONTENIDOS

### Tema 1. Inteligencia e Inteligencias Múltiples

- Inteligencia
- Inteligencias múltiples
- Inteligencia desde la óptica de las neurociencias
- Patrones de inteligencia que se proyectan hacia la genética, la cultura y los conocimientos

## Tema 2. Inteligencia emocional

- ¿Por qué es necesario conocerse a sí mismo para triunfar en la vida?
- Precursores del concepto de inteligencia emocional. ¿Cómo se desarrolló el concepto de inteligencia emocional?
- ¿Qué es la inteligencia emocional?
- Dimensiones de la inteligencia emocional
- Aptitudes emocionales. Líneas orientadoras para la capacitación. Mejores prácticas de la inteligencia emocional.
- ¿Cómo dotar a la organización de inteligencia emocional?
- ¿Qué opina Kart Albrecht sobre la inteligencia emocional?

## **Tema 3. Inteligencia social**

- ¿Porqué es posible delinear con claridad un modelo de inteligencia social, a partir del concepto de inteligencia emocional?
- ¿Cómo convertir un conflicto en una buena relación social?
- ¿Qué es la inteligencia social?
- ¿Qué son los comportamientos tóxicos y los comportamientos nutritivos? Ejemplos
- ¿Cómo dotar a la organización de inteligencia social?
- ¿Cuál es la importancia de la inteligencia social para lograr un buen desempeño profesional?



## **Tema 4. Modelos de inteligencia social**

- **Modelo de Daniel Goleman. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de Daniel Goleman?**
- **Modelo de Tony Buzán. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de Tony Buzán?**
- **Modelo de Kart Albrecht. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de Kart Albrecht?**
- **Modelo de interacción de inteligencia social. ¿Cuáles son las dimensiones de la conciencia social que contempla el modelo de interacción de inteligencia social de Sergio Teijero?**

## **Tema 5. Ejemplos de inteligencia social para el debate colectivo**

### **¿Cómo contribuye a mantener una buena relación social?**

- Interpretar a las personas
- Reunirse y saludar con sentimiento
- Utilizar gestos de afecto apropiado
- Practicar el arte de escuchar
- Hacer que tus gestos sean coherentes con tus palabras
- Observar la coherencia e incoherencia en los demás
- Ejercer el arte de relacionarse
- Realizar negociaciones al estilo ganar-ganar
- Reconocer tus errores
- Mostrar aprecio
- Hacer regalos
- Celebrar con estilo
- Compartir los malos momentos

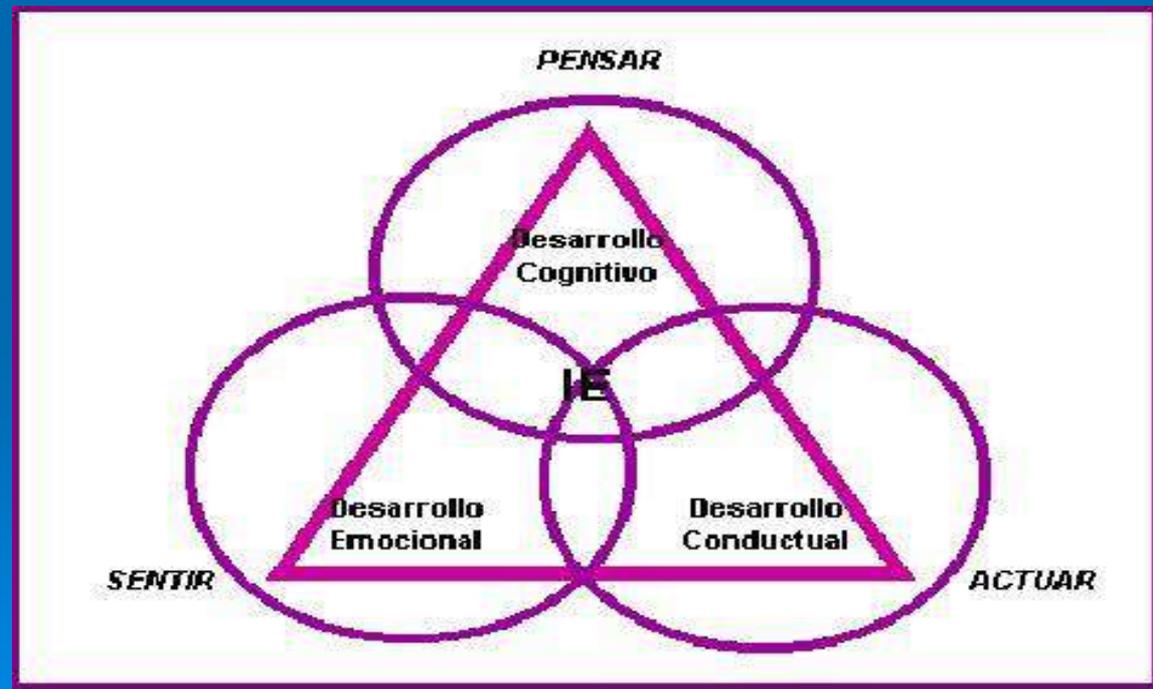
## **Tema 6. Pilares para una comunicación eficaz**

# ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA?



**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

[http://www.youtube.com/watch?v=nOIbVxY\\_0A](http://www.youtube.com/watch?v=nOIbVxY_0A)



Es la capacidad que poseen los seres humanos, los animales y los ordenadores de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla en resolver problemas

Es la facilidad de aprender, aprehender o comprender, es percepción, aprehensión, intelecto e intelectualidad

## INTELIGENCIA

Es capacidad para resolver situaciones problemáticas

Es calidad o capacidad de comprender y adaptarse fácilmente



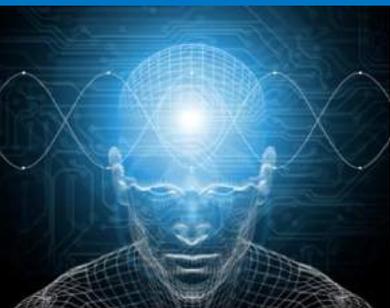
Gardner (2000) y Riveiro (2003)



# INTELIGENCIA

ES CAPACIDAD PARA RESOLVER SITUACIONES  
PROBLEMÁTICAS

HAGAMOS UN EJERCICIO PRÁCTICO



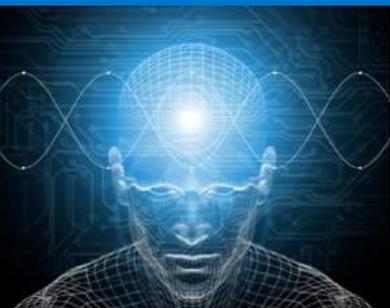
# EJEMPLO 1 SOBRE INTELIGENCIA



ES CAPACIDAD PARA RESOLVER SITUACIONES  
PROBLEMÁTICAS

TENGO ESCRITO UN NÚMERO ENTRE 0 Y 100

SE TRATA DE ADIVINAR EL NÚMERO. TIENE 5 OPORTUNIDADES  
PARA LOGRARLO. ADEMÁS, LE DOY OTRA OPORTUNIDAD  
ADICIONAL: CADA VEZ QUE DIGA UN NÚMERO LE DIGO SI  
ESTÁ POR ENCIMA O POR DEBAJO DEL NÚMERO ESCRITO



## EJEMPLO 2 SOBRE INTELIGENCIA



**Julia fue a una heladería y confundió al vendedor cuando solicitó su sabor de helado preferido. Así sucedieron los hechos. Dice Julia:**

1. Me gusta más de naranja que de limón.
2. Me gusta menos de pistacho que de crema.
3. Me gusta menos de crema que de piña.
4. Me gusta menos de limón que de chocolate.
5. Me gusta más de pistacho que de fresa.
6. Me gusta más de chocolate que de piña.
7. Me gusta menos de naranja que de fresa.



**Julia quería tomar un helado de.....**

**Riveiro (2003)**





## EJEMPLO 3 SOBRE INTELIGENCIA



Un perezoso quiere alcanzar la copa de un árbol de 10 metros de altura. El perezoso sube 3 metros durante el día y baja 2 metros durante la noche.

**¿Cuántos días necesita para alcanzar la copa del árbol?**

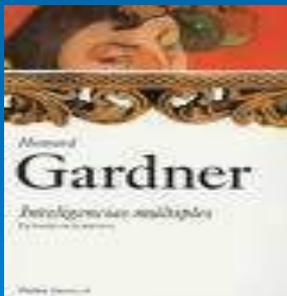
Riveiro (2003)

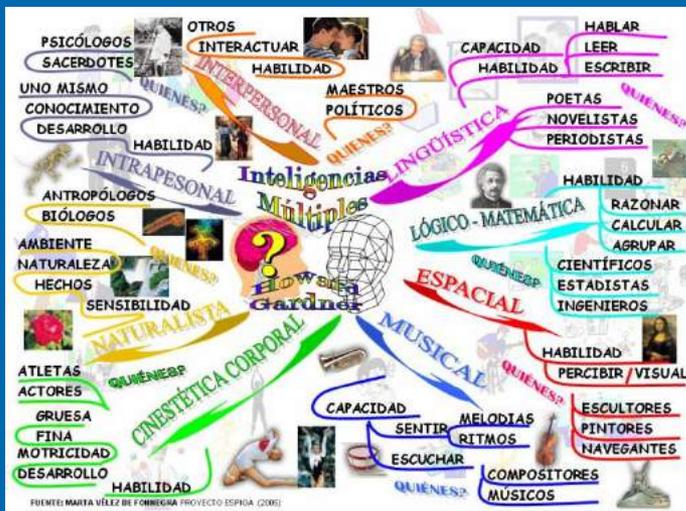


# LAS INTELIGENCIAS DEL SER HUMANO

El concepto de inteligencia como medida singular de competencia debe desaparecer. Los seres humanos tienen una gama de competencias, denominadas inteligencias, que existen en diferentes proporciones en distintas personas.

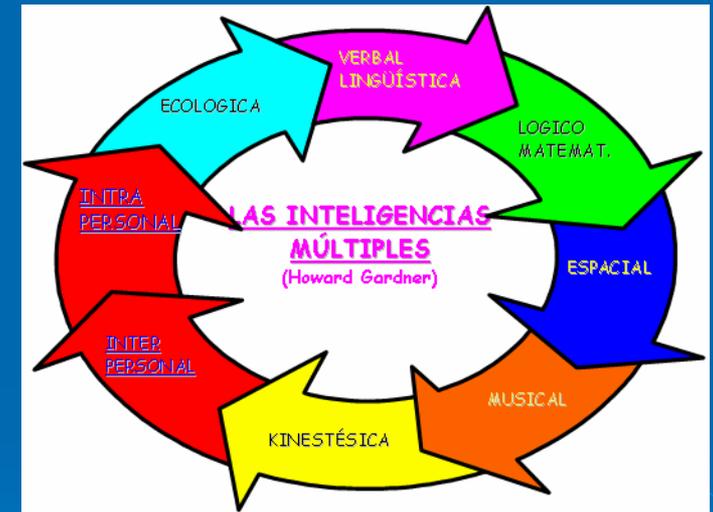
Gardner (2000)





Considerar la eficacia humana reducida a la idea de una única inteligencia es como desplazar a un segundo plano la posibilidad que tiene una persona de ser cada vez más eficaz en su relación social con los demás

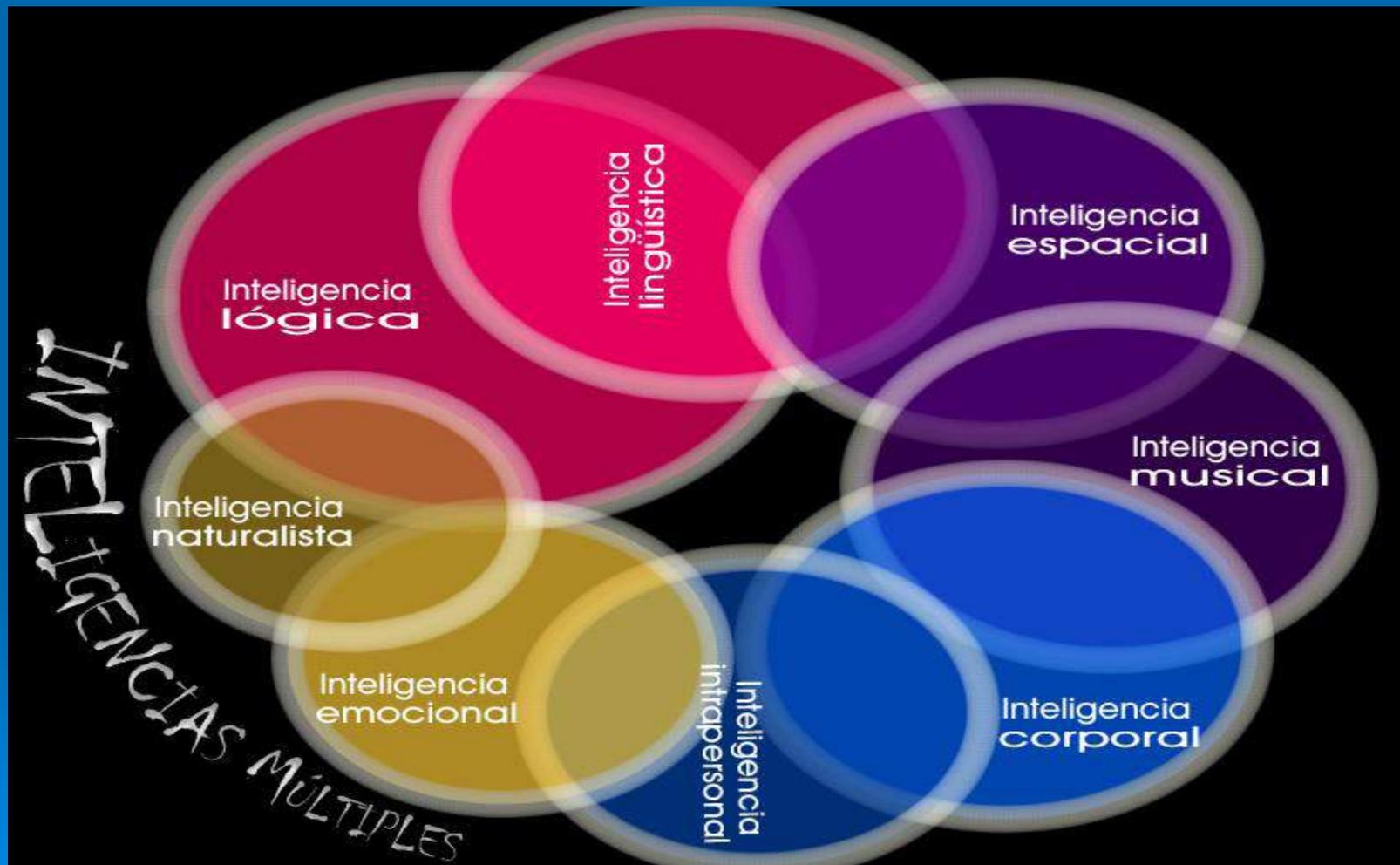
Los seres humanos poseen por lo menos ocho inteligencias diferentes, desarrolladas en cada persona acordes con su dotación biológica, su interacción con el ambiente, así como la cultura en que crecieron y se desarrollaron



El ser humano posee múltiples inteligencias

Gardner (2000)

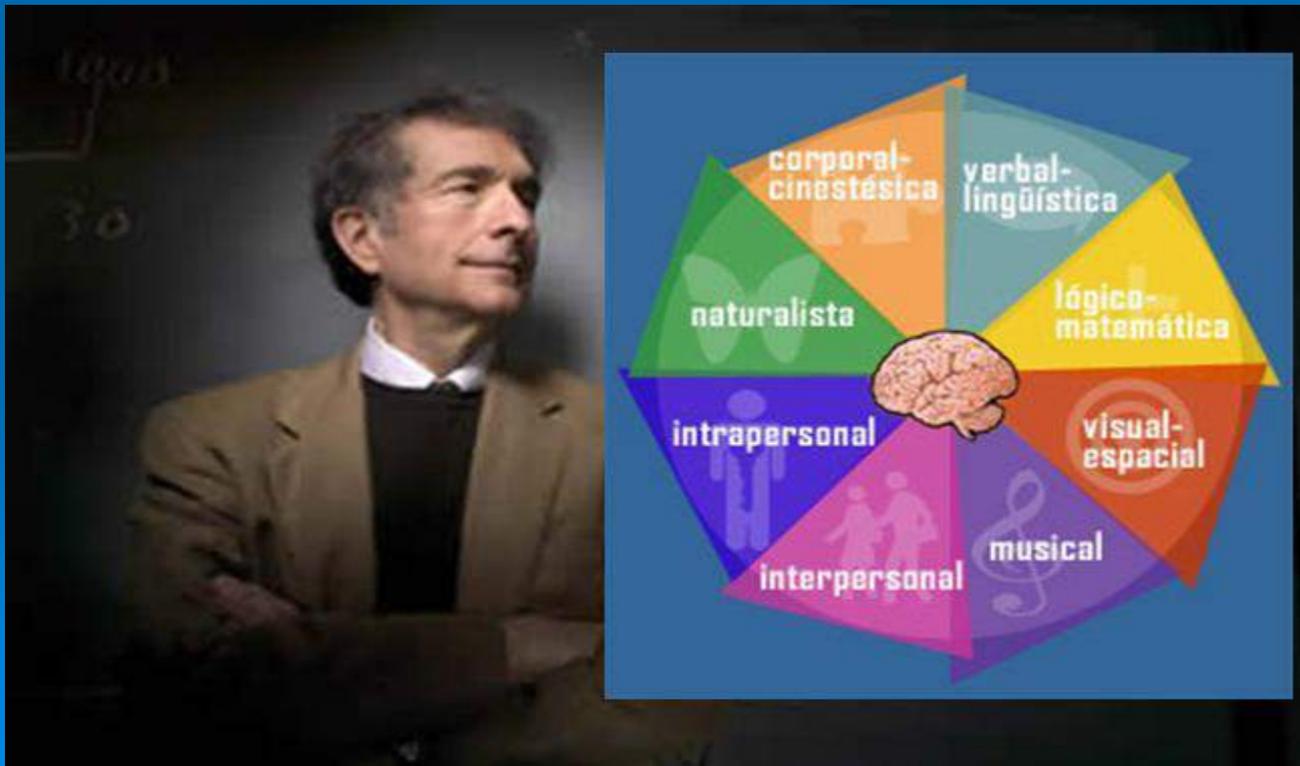
## ¿CUÁLES SON ESAS INTELIGENCIAS?

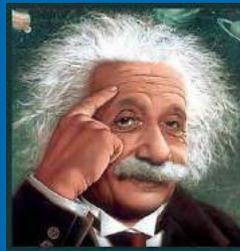


**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

**CONOZCAMOS A HOWARD GARDNER Y SU OPINIÓN  
SOBRE LA INTELIGENCIA Y LAS INTELIGENCIAS  
MÚLTIPLES**

**<http://www.youtube.com/watch?v=xJkPGSJLuAU>**





**Visual espacial**

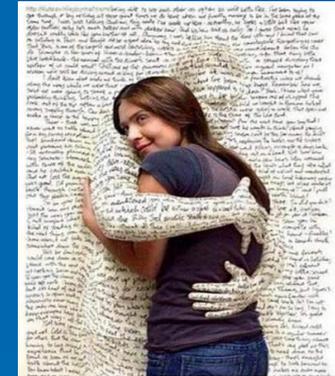
**Musical**



**Lógico matemática**

**Naturista**

**Verbal lingüística**



**INTELIGENCIAS  
MÚLTIPLES**

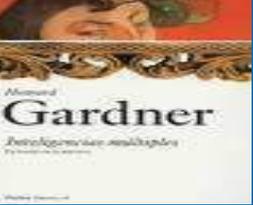
**Interpersonal**

**Corporal cinestésica**



**Intrapersonal**

**Gardner (2000)**

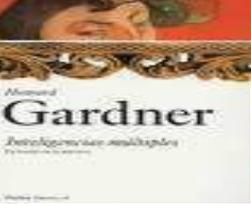


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Visual-espacial.** Capacidad para pensar y formar un modelo del mundo en 3D.



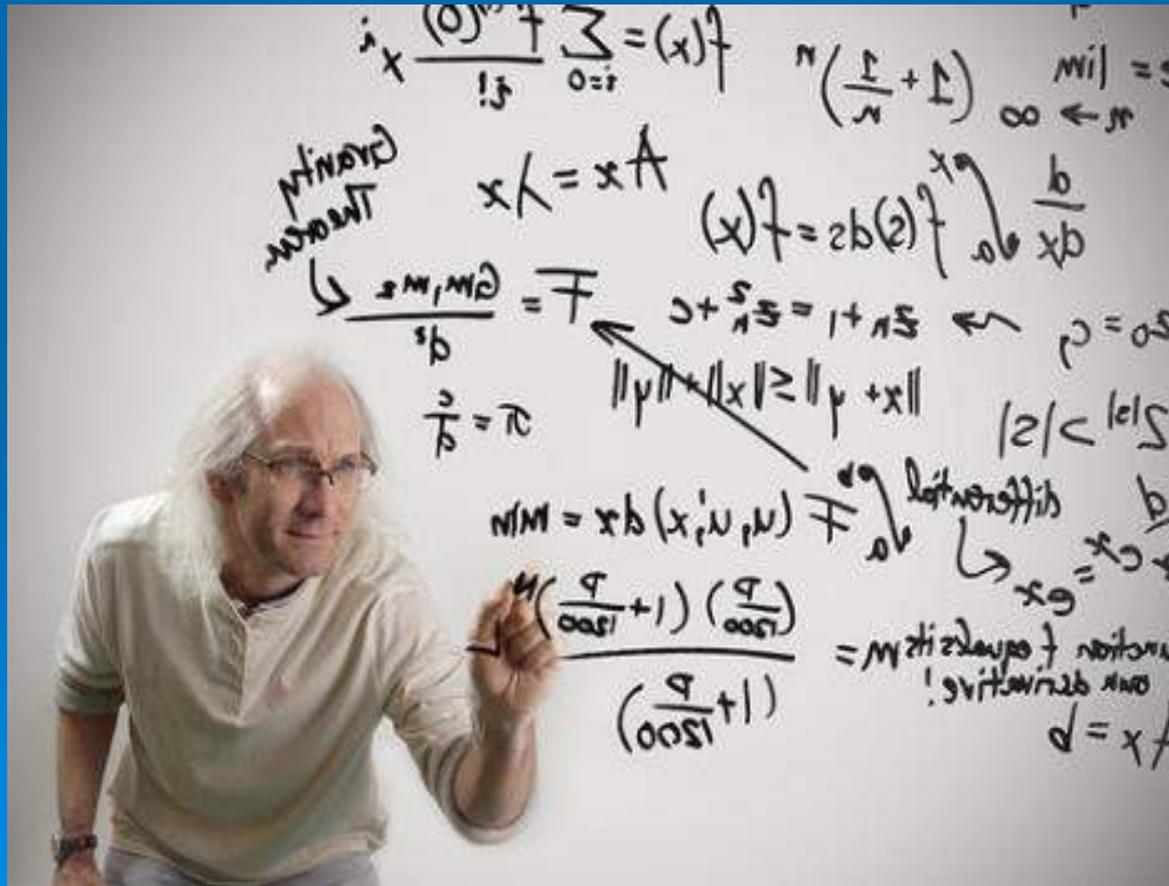
Gardner (2000)

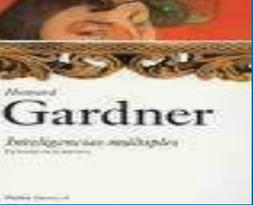


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Lógico-matemática.** Capacidad de utilizar el pensamiento para entender la relación causa-efecto en las personas y resolver problemas que requieran de la lógica y la matemática.

Gardner (2000)



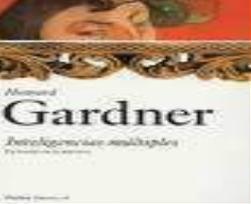


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Musical.** Es totalmente abstracta y sentimental, las personas que poseen esta inteligencia tienen una excelente capacidad auditiva, pueden llevar el ritmo, el tono y el timbre, logrando combinar diferentes instrumentos para que suenen en correcta perfección.



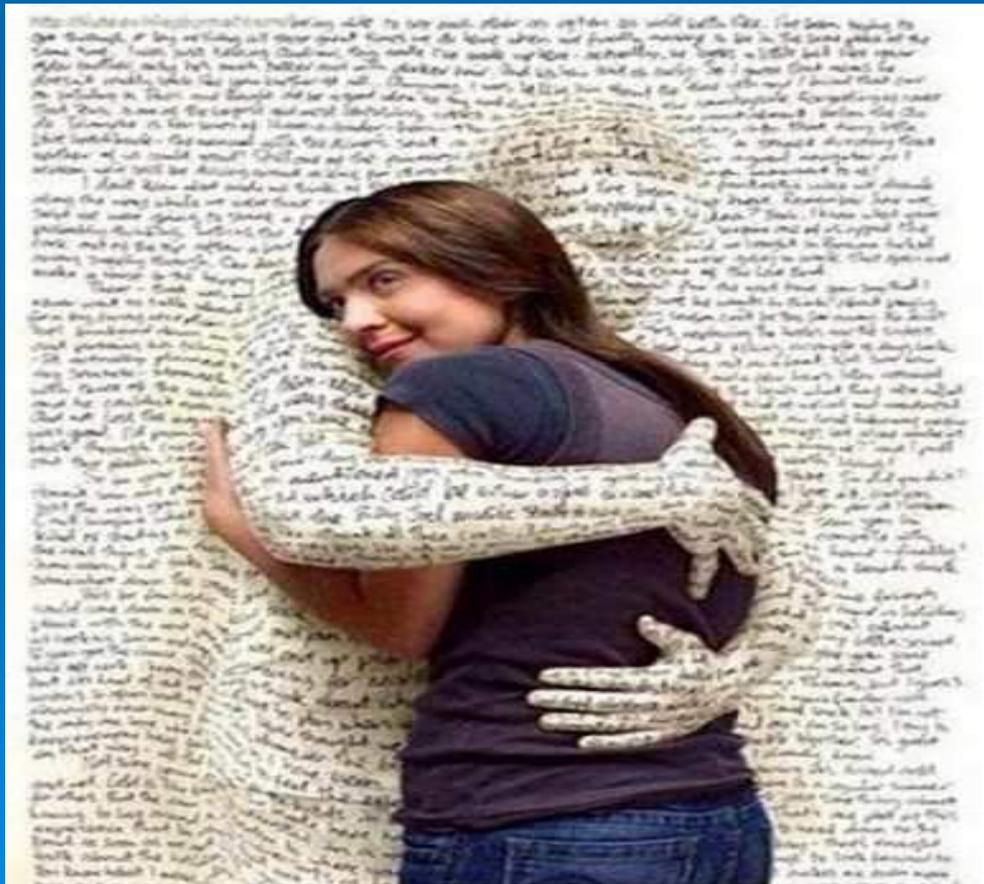
Gardner (2000)

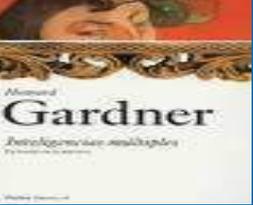


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Verbal-linguística.** Capacidad para utilizar el lenguaje oral y escrito para comunicar sentimientos.

Gardner (2000)



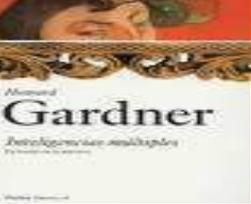


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Corporal-cinestésica.** Capacidad de utilizar el cuerpo humano para resolver problemas.

Gardner (2000)



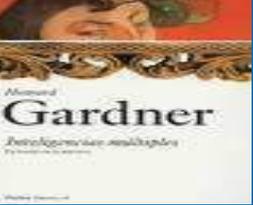


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Intrapersonal.** Capacidad para tomar conciencia de sí mismo y conocer sus aspiraciones.

Gardner (2000)



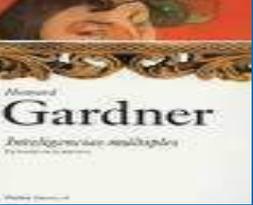


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Interpersonal.** Capacidad para sentir distinciones entre los demás.

Gardner (2000)



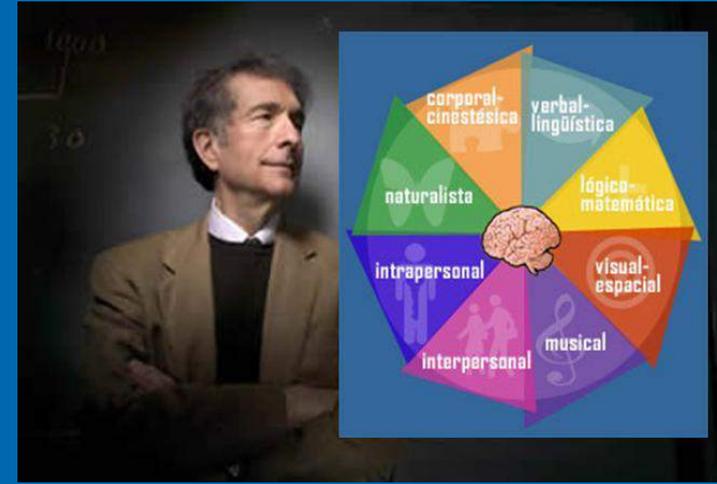


# MODELO DE INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

**Naturista.** Capacidad para percibir relaciones entre las especies.

Gardner (2000)





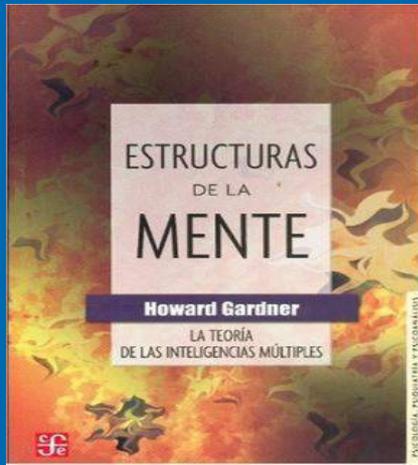
## Gardner afirma:

Los seres humanos poseen una gama de competencias, denominadas inteligencias, que existen en diferentes proporciones en distintas personas.

Gardner (2000)

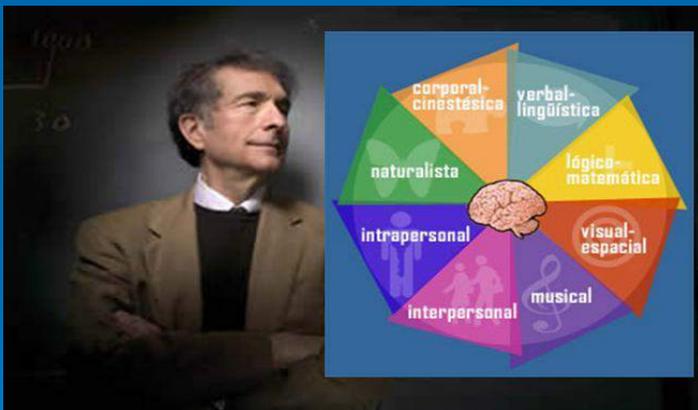


# ¿CUÁL ES LA NOVENA INTELIGENCIA QUE DEFINE HOWARD GARDNER?



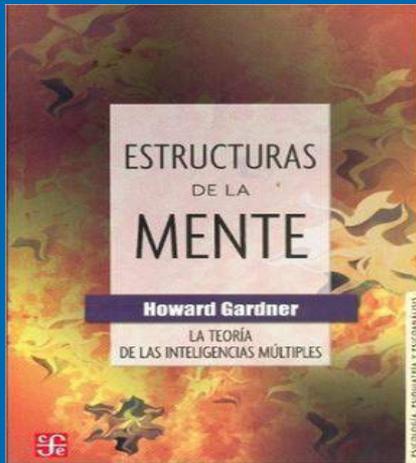
La **inteligencia de las grandes preguntas**. “Cuando los niños preguntan el tamaño del universo, cuando los adultos meditan sobre la muerte, el amor, el conflicto, el futuro del planeta, se están ocupando de cuestiones existenciales”.

Sin embargo, “(...) mi duda en declararla como una inteligencia totalmente estructurada, surge de mi incertidumbre sobre si ciertas regiones del cerebro están dedicadas, a la contemplación de cuestiones que son muy vastas o demasiados infinitesimales para definir las”.



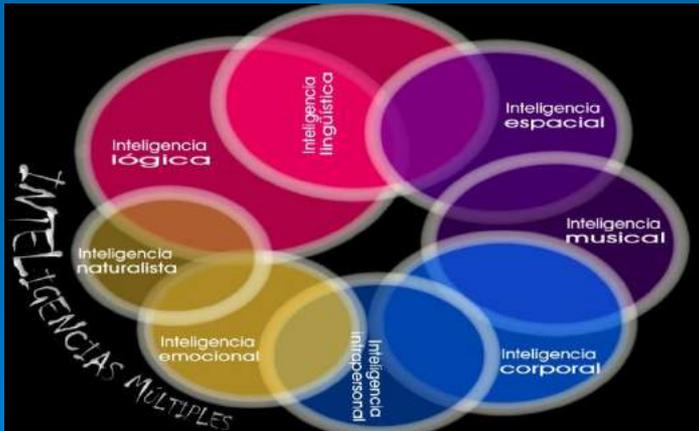
Gardner (2005)

# TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES



De la teoría de que todos poseemos ocho o nueve inteligencias relativamente autónomas se derivan tres afirmaciones:

- Todos tenemos estas ocho o nueve inteligencias, que es lo que nos hace seres humanos.
- No existen dos individuos que tengan el mismo perfil de inteligencias.
- El tener una inteligencia no significa que uno se comporte moral o inteligentemente.



Gardner (2005)

# INTELIGENCIAS SEGÚN PATRONES DE NEUROCIENCIAS



¿QUÉ SON LAS NEUROCIENCIAS?

VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO

<http://www.youtube.com/watch?v=GltoJmV14IY>



# INTELIGENCIAS SEGÚN PATRONES DE NEUROCIENCIAS

**Mentales** → Asociativa  
→ Espacial  
→ Intuitiva  
→ Racional



**Emocionales** → Estados de ánimo  
→ Motivación



**Comportamiento** → Básicas  
→ Patrones  
→ Parámetros





# INTELIGENCIAS SEGÚN PATRONES DE NEUROCIENCIAS

## Mentales



**Asociativa.** Percepción de información por conexiones emocionales.

**Espacial.** Percepción de información por medio de imágenes y sonido.

**Intuitiva.** Conocimiento que surge espontáneamente.

**Racional.** Uso de la razón para conectar los pensamientos.

## Emocionales

**Estados de ánimo.** Transitar del dolor al placer.

**Motivación.** Reconocer ansias, deseos y reconquistarlos.

## Comportamiento

**Básica.** Aproximarse o distanciarse de algo o de alguien.

**Patrones.** Reconocimiento de variables de comportamiento y desarrollo.

**Parámetros.** Ritmos y rutinas de la vida, preservación del orden y la seguridad.

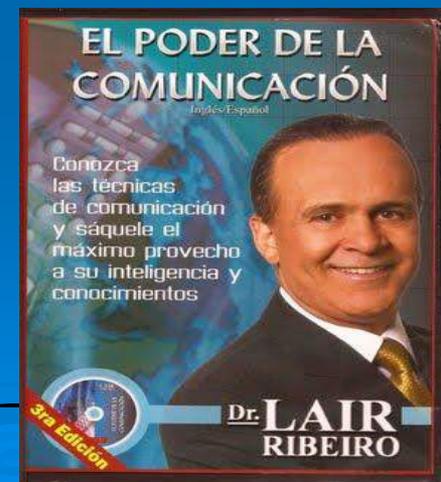
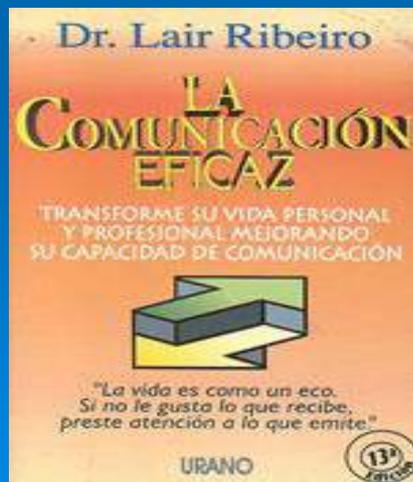
# OTROS TIPOS DE INTELIGENCIAS



ALGUNOS TIPS SOBRE INTELIGENCIA  
DESDE LA ÓPTICA DE LAIR RIBEIRO

VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO

<http://www.youtube.com/watch?v=r3BxobpWdW8>





# OTROS TIPOS DE INTELIGENCIAS

Tres patrones de inteligencia proyectados hacia:

**GENETICA / CULTURA / CONOCIMIENTOS**



**MODELOS  
METALES**

**DISTINGUIR VOLVIENDO  
VISIBLE LO INVISIBLE**

**ELEGIR**

**MANIFESTACIÓN  
PARTICULAR DE  
LA INTELIGENCIA  
DEL INDIVIDUO**



Riveiro (2003)



# OTROS TIPOS DE INTELIGENCIAS

## Genética

Atributos heredados como la genialidad, deficiencia o anormalidad. Atributos innatos que particularizan al individuo en lo referente a la asimilación y el uso de los recursos provenientes de la cultura y del conocimiento.

## Cultura

Patrones culturales pertenecientes al medio en que vive el individuo.

## Conocimiento

Adquiridos por las personas por cualquier medio.

Riveiro (2003)



# DOS INTELIGENCIAS DE INTERÉS PERSONAL Y SOCIAL

Lo intrapersonal representado por la inteligencia que permite detectar y controlar las emociones:

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**



**Lo emocional versus lo social**

Lo interpersonal representado por la inteligencia que facilita las relaciones sociales que desarrolla la persona

**LA INTELIGENCIA SOCIAL**



# ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Veamos un ejemplo



# CONOCERSE A UNO MISMO



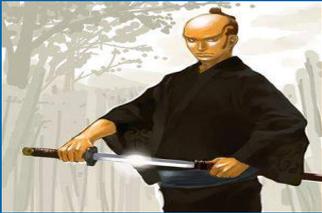
Un samurai japonés desafió a un maestro zen a que le explicara el concepto de cielo e infierno.



A lo que el monje respondió: **“No eres más que un patán, no puedo perder el tiempo con individuos como tú”.**

Goleman (2010)

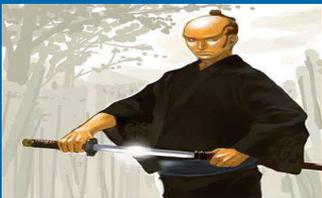
## CONOCERSE A UNO MISMO (cont.)



El samurai herido en lo más profundo de su ser, se dejó llevar por la ira, desenvainó su espada y gritó: **“Podría matarte por tu impertinencia”**.



Entonces el monje repuso con calma: **“Eso es el infierno”**.



El samurai desconcertado al percibir la verdad se serenó, envainó la espada y se inclinó, agradeciendo al monje la lección.



A lo que el monje añadió: **“Eso es el cielo”**.

**Moraleja:** No pensar que nuestros sentimientos son evidentes, es mejor actuar concientemente ante lo que sentimos y hacemos.

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

En 1990, Peter Salovey y John Mayer acuñaron el concepto de inteligencia emocional (IE)



A partir de 1995 Daniel Goleman, retoma el concepto y plantea:

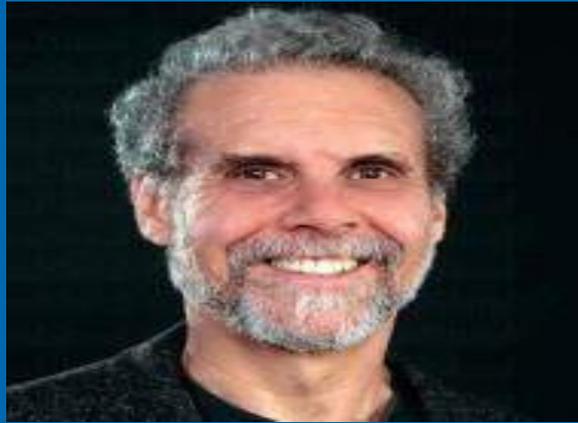
Evitar que la angustia interfiera con las facultades personales y en la capacidad de empatizar y confiar en los demás

**La IE es:**

La capacidad de motivar a las personas a perseverar en el empeño a pesar de las frustraciones

Regular los estados de ánimo, controlar los impulsos y diferir las gratificaciones

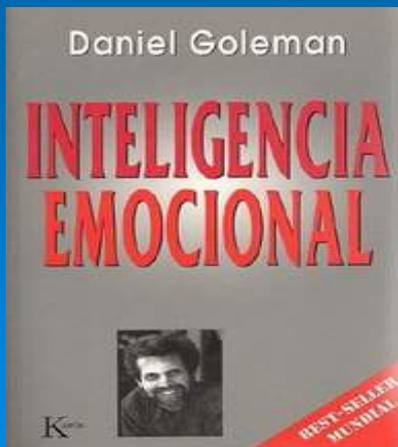
Salovey y Mayer (1990); Goleman (1995)



Qué opina Daniel Goleman sobre la IE

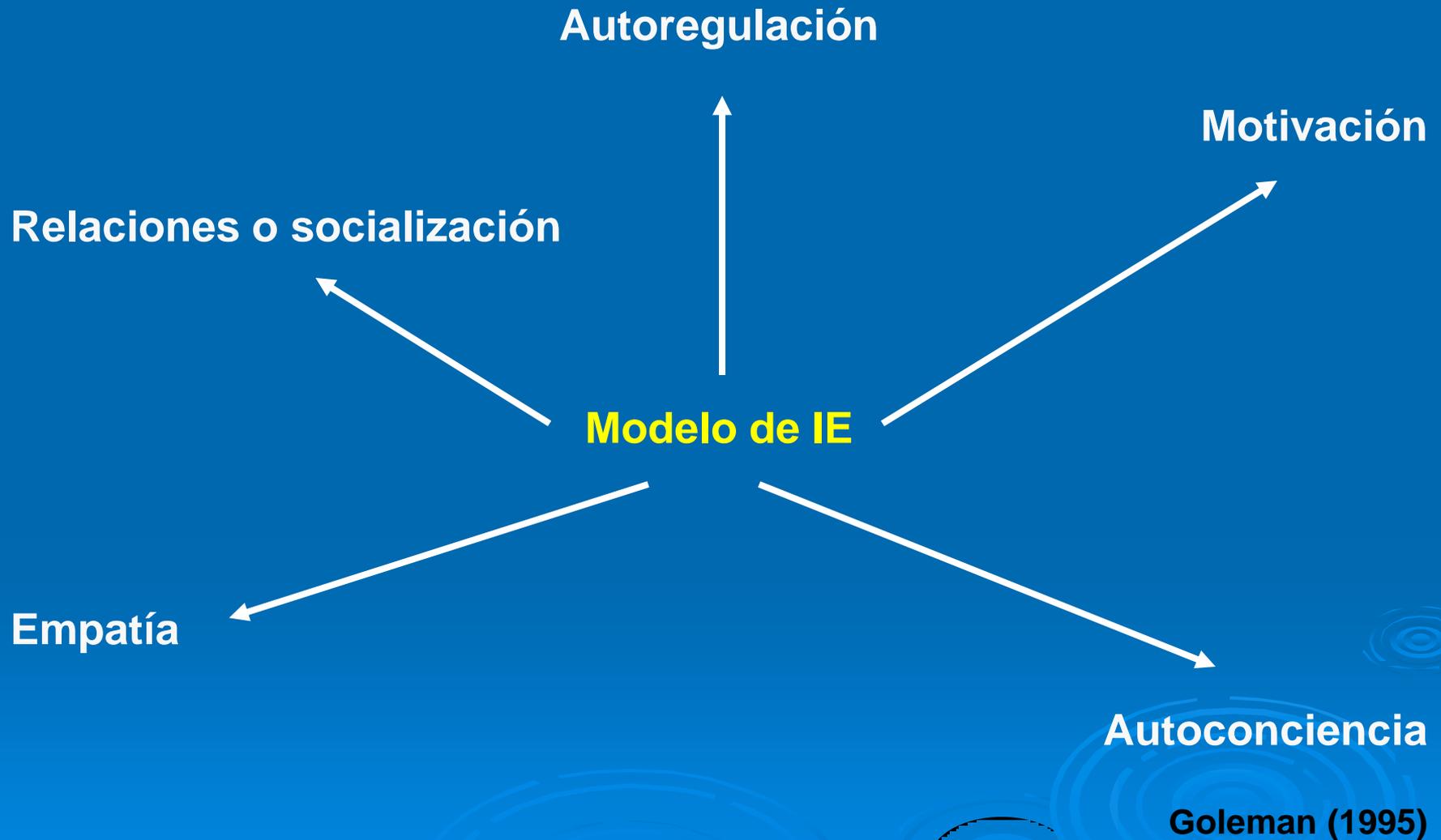
**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

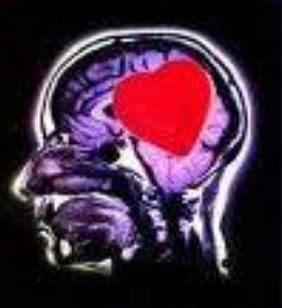
[http://www.youtube.com/watch?v=PnGjUK\\_rNvQ](http://www.youtube.com/watch?v=PnGjUK_rNvQ)





# MODELO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL





# MODELO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL



**Autoregulación.** Capacidad para controlar y redimensionar los impulsos.

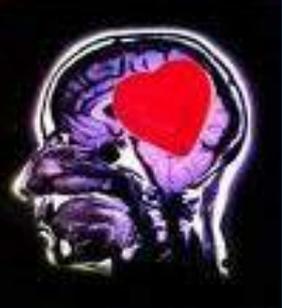
**Motivación.** Capacidad para actuar bien con los demás.

**Relaciones o Socialización.** Capacidad para desarrollar estrategias que promuevan las relaciones afectivas.

**Empatía.** Capacidad para sentir y palpar necesidades.

**Autoconciencia.** Capacidad para reconocer y comprender estados emocionales.

Goleman (1995)

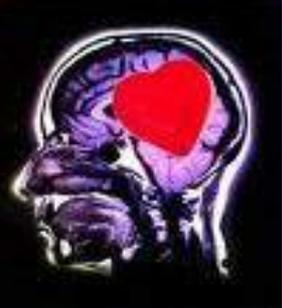


# APTITUDES EMOCIONALES

## Líneas orientadoras para la capacitación. Mejores prácticas



1. **Evaluar el trabajo.** Evaluación sistemática de las necesidades.
2. **Evaluar al individuo.** En base a las necesidades individuales.
3. **Comunicar las evaluaciones.** Sobre la aptitud emocional de la persona.
4. **Evaluar la disposición.** Si hay disposición, cultivarla.
5. **Motivar.** En base a las ventajas de la capacitación.
6. **Hacer que cada uno dirija su cambio.** Cada persona escoge sus propios objetivos de desarrollo y la forma de lograrlos.
7. **Concentrarse en objetivos claros y factibles.** Determinarlos y elaborar un plan factible para lograrlos.



# APTITUDES EMOCIONALES

## Líneas orientadoras para la capacitación. Mejores prácticas



8. **Evitar la recaída.** Tomarlas como lecciones para que no se repitan.
9. **Hacer críticas constructivas.** Para evaluar adecuadamente el progreso.
10. **Alentar la práctica.** Sistematizarla en cualquier sitio.
11. **Buscar apoyo.** Crear una red de apoyo y aliento.
12. **Proporcionar modelos.** Valorar y exhibir buenos modelos de aptitud.
13. **Dar aliento.** Adecuados a los valores de la organización.
14. **Apuntalar el cambio.** Mostrar el cambio con elogios y mayor responsabilidad.
15. **Evaluar.** Aptitud o habilidad en el trabajo.

**Estimulando la cooperación, la solidaridad y la creatividad en las personas, exaltando el carácter ético y acentuando las actitudes y los valores**

**Liderizando, creando, innovando u originando la obra de la organización, que trasciende a los empleados**

**CÓMO LOGRAR EL APRENDIZAJE EMOCIONAL**



**Enfocando los debates teniendo en cuenta el punto de vista de los empleados y el carácter ético de la discusión**

**Ejerciendo la autoridad a partir del reconocimiento del rol de los empleados, con quienes interactúa y comparte posiciones, normas y valores**

# ¿QUÉ ES LA MOTIVACIÓN?



Un gerente para garantizar el éxito del proceso organizacional debe desarrollar estrategias empresariales, donde ponga en práctica sus capacidades intrapersonales e interpersonales. **Para ello, requiere estar motivado.**

Son todos los factores capaces de provocar, mantener y dirigir la conducta de una persona hacia un objetivo



Es el impulso que conduce a una persona a elegir y realizar una acción entre varias alternativas

## MOTIVACIÓN

Es resultado de la interacción del individuo con la situación

Su nivel varia entre diferentes individuos en momentos diferentes

**Un gerente motivado es aquel que es capaz de transmitir sus niveles de motivación a los empleados cumpliendo un triple objetivo**

**Suscitar el interés**

**Dirigir y mantener el esfuerzo**

**Lograr el objetivo prefijado**

## **CÓMO LOGRARLO**

**Creando el interés por la actividad que realiza más que por el trabajo en sí mismo**

**Apoyándose en el interés de los empleados y conectándolos con el objetivo prefijado**



# CINCO TIPS PARA MANTENER MOTIVADO AL EQUIPO

**Siempre empieza por ti mismo**

**Propicia la participación para buscar nuevas ideas para solucionar el proyecto**

**Comparte la información que tengas acerca del proyecto**

**Mantén un ambiente amigable sin afectar la disciplina**

**Muestra aprecio por los miembros del equipo**



## ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA SOCIAL?



En el año 2007, Karl Albrecht con relación a los planteamientos de Goleman sobre IE afirma:



Podemos considerar la IE como una dimensión de competencia interna: la autoconciencia y el aprovechamiento habilidoso de las propias respuestas emocionales

Si esto es así, entonces podemos delinear con claridad un modelo de inteligencia social en términos de competencias orientadas al exterior

# EJEMPLO INTELIGENCIA SOCIAL

Un grupo de 3 adolescentes se encaminan hacia un campo de fútbol. Delante va un muchacho pasado de peso seguido de otros 2 de aspecto atlético que se burlan de él.

Uno de los 2 pregunta: **¿Así que vas a tratar de jugar fútbol?**

El gordito al escuchar el tono de burla de la pregunta comienza a prepararse para un posible enfrentamiento.



Goleman (2010b)

## EJEMPLO DE INTELIGENCIA SOCIAL (cont.)

Sin embargo, responde: “Sé que no juego bien fútbol pero voy a intentarlo”. “Pero se dibujar muy bien. Enseñame algo y verás lo bien que dibujo”.

Inmediatamente añade: “Me parece fantástico que sepas jugar bien al futbol. A mí me gustaría jugar tan bien como tú, quizás si sigo entrenando algún día lo logro”.

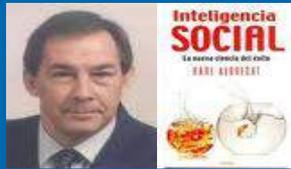


A lo que el otro contestó en un tono muy afectuoso: “De verdad no lo haces tan mal. Si te interesa puedo enseñarte algunos trucos”.

**Moraleja:** Lo que podía haber acabado en un conflicto terminó convertido en una **buena relación social**.

# INTELIGENCIA SOCIAL

Es una combinación de comprensión básica de la gente, una especie de conciencia social estratégica y un conjunto de habilidades para interactuar con éxito con ella.

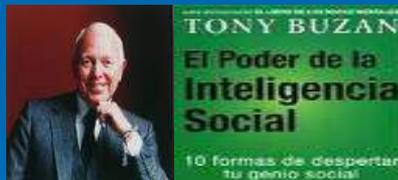


Albrecht (2007)

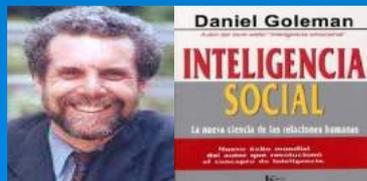
Permite crear capacidades para adentrarse en el modo de vida de la gente apreciando en profundidad su comportamiento ante la sociedad.



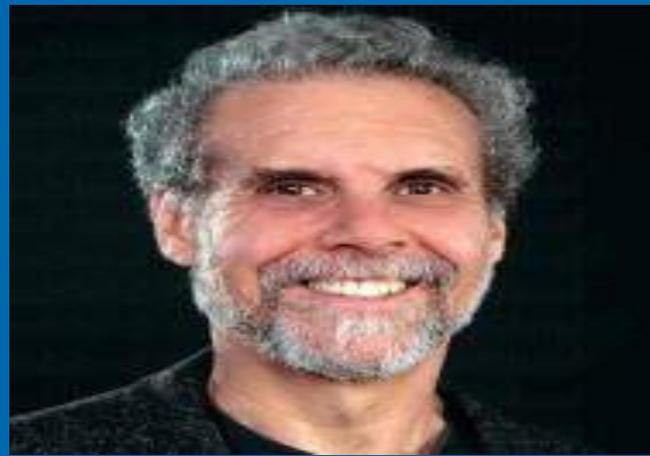
Buzan (2008)



Permite crear capacidades para que la gente coopere en el intento de comprender su comportamiento.



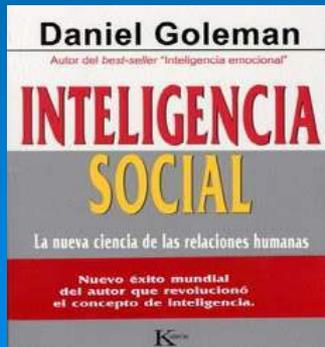
Goleman (2010b)



## Qué opina Daniel Goleman sobre la IE versus la IS

**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

<http://www.youtube.com/watch?v=NTpamwen8cA&feature=related>





# COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS

¿QUÉ SON COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y  
COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS?





# COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS

Los **COMPORTAMIENTOS TÓXICOS** son los que provocan que las demás personas se sientan devaluadas, inadecuadas, intimidadas, furiosas, frustradas o culpables.

**Ejemplos:** Lanzar ofensas verbales, mostrarse condescendiente con alguien, ponerse ansioso en una conversación, jugar con la gente, alardear, traicionar las confidencias, romper promesas y acuerdos, etc.



Albrecht (2007)



# COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS

Los **COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS** hacen que los demás se sientan valorados, capaces, queridos, respetados y apreciados.

**Ejemplos:** Tratar por igual a las personas, hablar y actuar con confianza, cooperar con los demás, compartir los éxitos ajenos, escuchar a los demás hasta el final, aportar sugerencias positivas, respetar el criterio ajeno, etc.



Albrecht (2007)



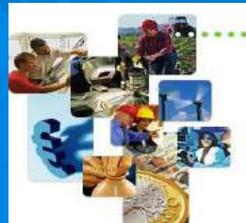
# COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS

## Ejemplo de comportamiento nutritivo

**El buen jefe:** Escucha, es alentador, es sociable, es amable, valiente, trata bien a sus subordinados, tiene sentido del humor, es empático, resolutivo, responsable, humilde y comparte la autoridad.

## Ejemplo de comportamiento tóxico

**El mal jefe:** Es completamente insensible, incrédulo, reservado, intimidado, tiene mal genio, es egocéntrico, indeciso, siempre culpa a los demás, considera que nunca se equivoca, es arrogante y desconfiado.





# COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS

Nadie quiere, cuando tiene la posibilidad de elegir, trabajar con un jefe tóxico, aunque ello vaya acompañado de un salario superior, a menos que esté ahorrando lo suficiente para abandonarlo con más seguridad.

Albrecht (2007)





# COMPORTAMIENTOS TÓXICOS Y COMPORTAMIENTOS NUTRITIVOS

Aprender a interactuar con mayor habilidad con los demás requiere no sólo de habilidades sociales, contacto visual, voz firme y ocupar un mayor espacio, sino también de revisar la autoestima interna.



Albrecht (2007)

# INTELIGENCIA EMOCIONAL E INTELIGENCIA SOCIAL

Ambas inteligencias son fundamentales para el éxito interpersonal

Una persona para actuar bien con los demás necesita de habilidades intrapersonales:

- Controlar y redimensionar sus impulsos.
- Ser capaz de reconocer y comprender sus estados emocionales.
- Estar motivado.
- Sentir y palpar las necesidades de la otra persona.
- Elaborar estrategias para promover relaciones afectivas.

Un gerente para garantizar el éxito del proceso organizacional debe desarrollar estrategias, donde ponga en práctica sus capacidades intrapersonales e interpersonales

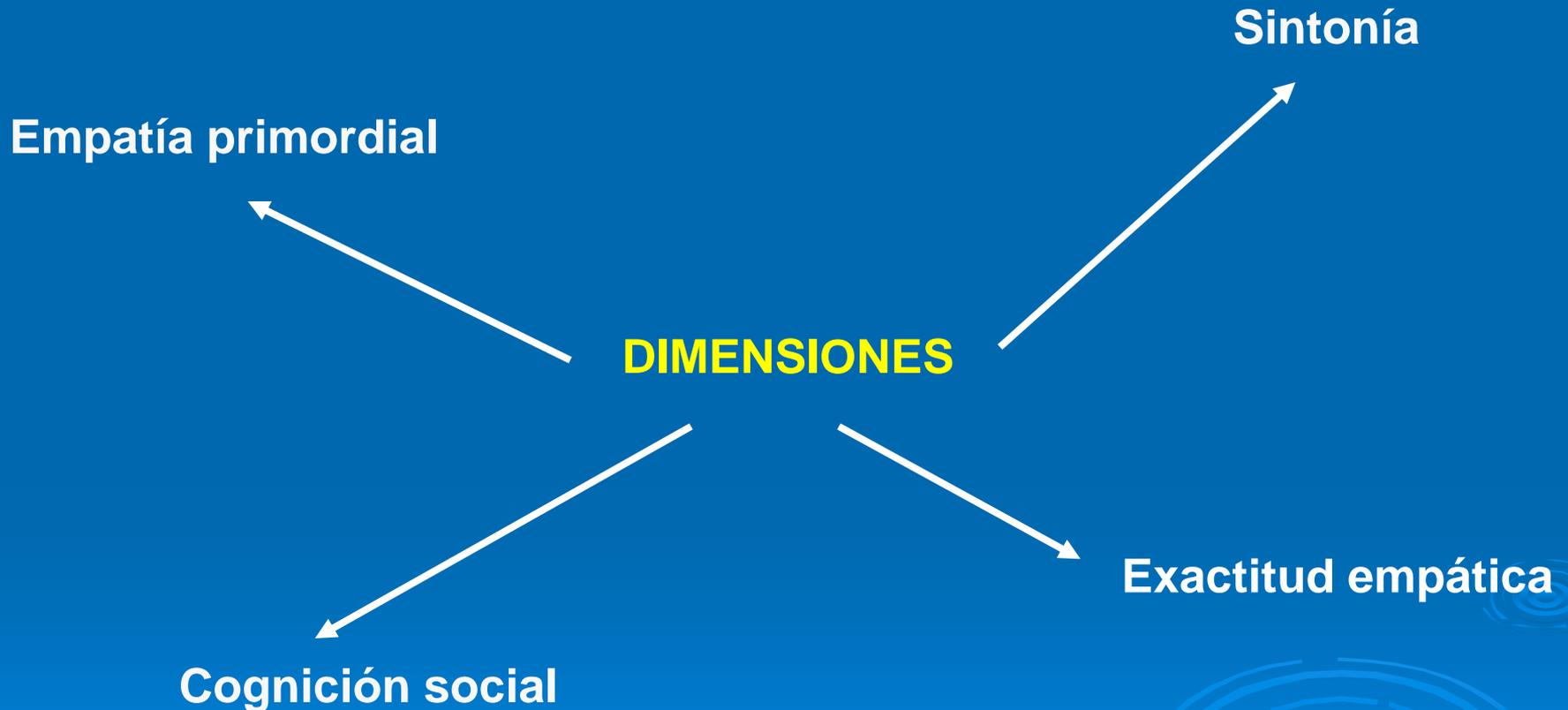


## MODELOS DE INTELIGENCIA SOCIAL





# MODELOS DE INTELIGENCIA SOCIAL DE DANIEL GOLEMAN



Goleman (2010)



# MODELO DE INTELIGENCIA SOCIAL DE DANIEL GOLEMAN

**Empatía primordial.** Sentir lo que sienten los demás.

**Sintonía.** Escuchar de manera receptiva.

**Exactitud empática.** Comprender los pensamientos, sentimientos e intenciones de los demás.

**Cognición social.** Entender el funcionamiento del mundo social.

Goleman (2010)





# MODELO DE INTELIGENCIA SOCIAL DE TONY BUZAN



Conectarse con otra persona

Escuchar

Destacarse en grupo

Buenas

Actitudes positivas

negociaciones

y negativas

**DIMENSIONES**

Buenos modales

Lenguaje corporal

Buzan (2008)



# MODELO DE INTELIGENCIA SOCIAL DE TONY BUZAN



**Escuchar.** Arte de mostrar interés por lo que sienten y expresan los demás.

**Conectarse con otra persona.** Mediante contactos visuales y corporales.

**Destacarse en grupo.** Identificar y conocer bien a las personas.

**Actitudes positivas / negativas.** Mantener confianza en sí mismo / estereotipar y establecer prejuicios sobre los demás.

**Buenas negociaciones.** Buscar lo bueno de la negociación. Practicar el ganar-ganar.

**Buenos modales.** Desarrollar buenas costumbres, dar las gracias y celebrar afectuosamente.

**Lenguaje corporal.** Para poder comunicarse con las personas.



# MODELO DE INTELIGENCIA SOCIAL DE KARL ALBRECHT



Autenticidad

Claridad

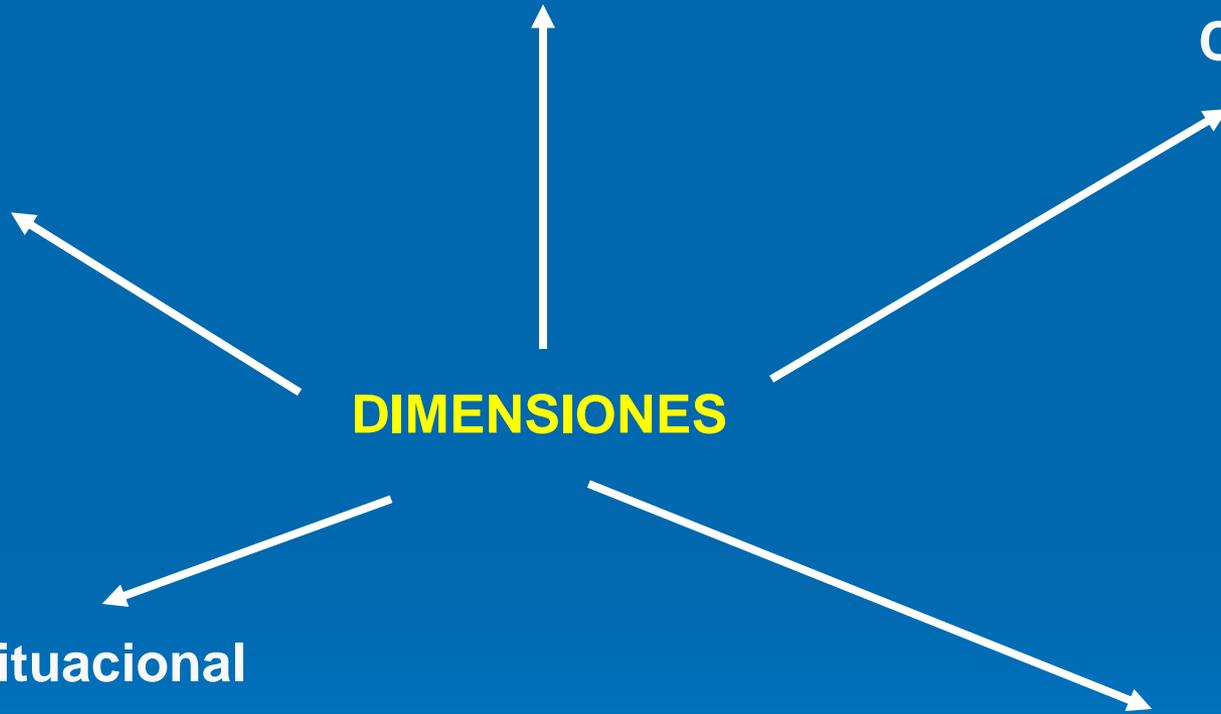
Presencia

**DIMENSIONES**

Conciencia situacional

Empatía

Albrecht (2007)





# MODELO DE INTELIGENCIA SOCIAL DE KARL ALBRECHT



**Presencia.** Apariencia, postura, calidad de voz y movimientos sutiles.

**Autenticidad.** Honestidad de la persona con sí misma y con las demás.

**Claridad.** Capacidad para expresar pensamientos, ideas e intenciones claramente.

**Empatía.** Sentimientos compartidos entre dos personas.

**Conciencia situacional.** Radar situacional para leer actuaciones e interpretar comportamientos.

Albrecht (2007)

# MODELO DE INTELIGENCIA SOCIAL DE SERGIO TEIJERO

**Exactitud empática**

Comprender lo que otra persona piensa o siente

Identificarse o simpatizar con alguna persona de forma espontánea

**Empatía**

**Sintonía**

Sentirse conmovido por la mirada, la presencia y el tono de voz de una persona

**DIMENSIONES**

Capacidad de una persona para expresar sus ideas

**Claridad**

Respuesta inmediata y sincera ante una situación

**Autenticidad**

**Conciencia situacional**

Radar para leer situaciones e interpretar comportamientos

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Interpretar a las personas

### Imagínense el siguiente escenario

1. La persona que quieres te dice que no quiere seguir contigo.
2. Recibes una llamada telefónica donde te dicen que tu mejor amigo está gravemente enfermo.
3. Recibes una llamada telefónica del banco donde te informan que estas arruinado y que tendrás que vender tu casa.



Buzan (2008)

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Interpretar a las personas

A medida que te hundes en esta depresión qué le ocurre a tu cuerpo. **Observa lo siguiente:**

- Tu estatura, tu postura, tus sentidos, tus estados de alerta y tus niveles de energía **disminuyen.**
- La profundidad y fuerza de tu respiración **disminuyen.**
- Tu nivel de motivación y las ganas de contacto social **disminuyen.**



Buzan (2008)

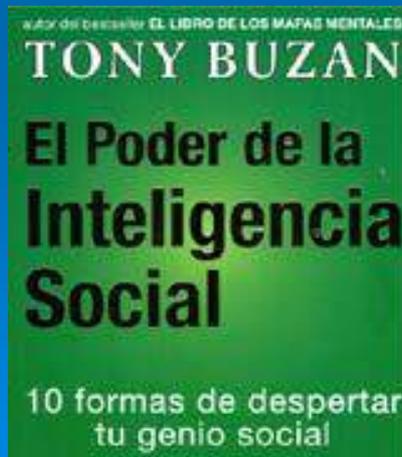


# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Interpretar a las personas

### Ahora imagínense el escenario contrario

1. La persona que quieres te dice que te ama profundamente.
2. Recibes una llamada telefónica donde te dicen que tu mejor amigo se recupera de su enfermedad milagrosamente.
3. Recibes una llamada telefónica donde te informan que te acabas de ganar el Kino.



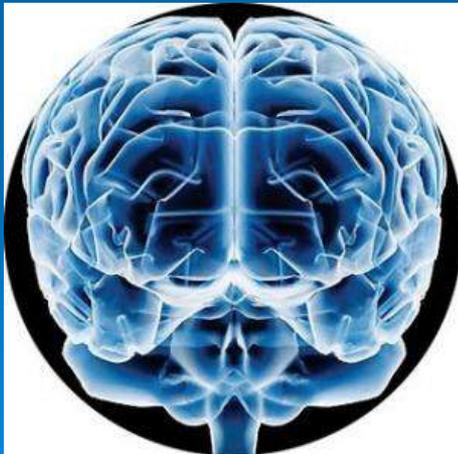
Buzan (2008)

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Interpretar a las personas

Ahora observa que sucede con:

- Tu estatura, tu postura, tus sentidos, tus estados de alerta y tus niveles de energía **aumentan**.
- La profundidad y fuerza de tu respiración **aumentan**.
- Tu nivel de motivación y las ganas de contacto social **aumentan**.



**NOTAS LA DIFERENCIA**

**Buzan (2008)**

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Reunirse y saludar con sentimiento

Ten especialmente en cuenta el **lenguaje corporal** cuando te reúnas y saludes a las personas. Recuerda los dos escenarios que imaginaste antes y las posturas extremas que adoptó tu cuerpo.

Cuando le des la mano a otra persona presta atención a la energía que transmite la mano.



Buzan (2008)

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Utiliza gestos de afecto apropiado

**Abrazarse** puede aliviar la depresión, favorecer la estabilización del sistema inmunológico, aportar nueva vida en cuerpos cansados, ayudar a sentirse más joven y lleno de energía.

La hemoglobina de la sangre aumenta notablemente cuando dos personas se tocan y abrazan.



Buzan (2008)

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## El arte de escuchar

No es una actividad pasiva, no es la parte aburrida o poco vistosa de una conversación. Saber escuchar es el ingrediente vital de una conversación satisfactoria, productiva e interesante.



**Escuchar**



Proporciona la maravillosa oportunidad de poder estar completamente relajado en una conversación, estar entretenido con historias y pensamientos maravillosos, a la vez que permite darle a la otra persona la oportunidad de expresarse libremente.

**Buzan (2008)**

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Haz que tus gestos sean coherentes con tus palabras

Cuando describes cosas, deja que tu cuerpo sea el instrumento musical natural y el artista que en realidad es. Haz sonidos que imiten lo que estas describiendo. Esculpe con tus manos los objetos y las escenas que estás describiendo.

**Buzan (2008)**



# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Observa la coherencia e incoherencia en los demás

Busca la **coherencia** entre lo que dicen las personas y lo que dicen sus cuerpos. Pronto descubrirás cuando existe contradicción. Puedes practicar este músculo de la Inteligencia Social cuando miras la televisión, especialmente las noticias y los anuncios. Anota algunos ejemplos de incongruencia. Son buenos temas de conversación.



Buzan (2008)

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## El arte de relacionarse

Ten a mano algunas anécdotas



Mantente informado

Conéctate

**Relacionarse**

No tengas miedo a equivocarte

Preséntate

Manten conversaciones adecuadas



Deja que la conversación fluya

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Negociaciones al estilo ganar-ganar

### Busca lo positivo

Busca lo bueno de tus amigos, colegas y compañeros de negocio. Esto es esencialmente importante cuando estás en desacuerdo con alguien. Asegúrate de que recuerdas la senda de la armonía y que no reduces tus negociaciones a un intercambio de insultos.

Buzan (2008)



# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Negociaciones al estilo ganar-ganar

**Siempre que sea posible, evita discutir**

Esto no significa evitar discusiones donde manifiestas con fuerza tu opinión. Se trata de evitar las situaciones donde cada uno de los participantes está tratando de imponer su opinión, descartando la opinión de los demás.

Buzan (2008)



# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Negociaciones al estilo ganar-ganar

### Ten en cuenta el punto de vista de la otra persona

Cuando estás en el proceso de forjar una relación, debes tratar de empatizar y simpatizar con las ideas y metas de la otra persona. Es necesario que adoptes una posición que te permita averiguar todo acerca de la otra persona.

Buzan (2008)



# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Negociaciones al estilo ganar-ganar

### Reconoce tus errores

Negarse a admitir los errores es símbolo de que eres arrogante, prepotente, que te falta confianza en tí mismo, que temes poder corregir los errores cometidos y que no eres sincero contigo mismo ni con los demás. Al admitir tus errores hazlo con empatía y entusiasmo, para demostrar que eres sincero, abierto, flexible y que quieres aprender de los errores cometidos.



Buzan (2008)

# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Mostrar aprecio

### Dar las gracias

Para mostrar aprecio por una persona debes hacerlo al final de la conversación, así te recordarán mejor. Asegúrate que ambos están relajados y atentos al final de la conversación y después da las gracias.

Buzan (2008)



# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Mostrar aprecio

### Hacer regalos

Es otra forma de mostrar aprecio por las personas. Para lograr que tu regalo sea recordado trata que se destaque y sea diferente al de los demás. No tiene que ser grande ni caro, sino algo que demuestre que has pensado en la otra persona y en lo que podría gustarle.

Buzan (2008)



# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Celebrar con estilo

Las celebraciones especiales como cumpleaños, aniversarios de boda y vacaciones especiales, entre otras, deben distinguirse con rituales y ceremonias que se graben en la memoria de las personas y permitan siempre recordar a las personas homenajeadas.

Buzan (2008)



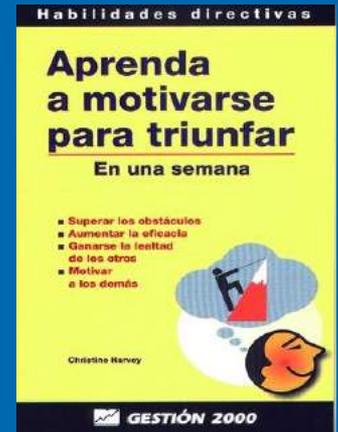
# ALGUNOS EJEMPLOS DE INTELIGENCIA SOCIAL

## Compartir malos momentos

Ofrecer consuelos y condolencias a las personas que están de duelo por la pérdida de algún ser querido, se torna en un ritual muy importante que a veces cuesta trabajo realizar. Sentarse a elaborar una nota, enviar un ramo de flores o hacer algún favor que se aprecie, podrían ser formas de solventar la situación y sería bien recibido.

Buzan (2008)





## A MODO DE REFLEXIÓN FINAL

### 10 pilares para una comunicación eficaz



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

## ¿Qué y cómo transmitir información?

Es necesario preguntarnos qué vamos a comunicar, de qué manera y en qué momento vamos a transmitir la información a nuestros interlocutores, de forma tal que sea bien recibida y atendida por los mismos.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿Es realmente de interés la información que queremos transmitir?

Es necesario ponernos en el lugar de las otras personas y preguntarnos, nos interesa recibir la información que queremos comunicar. Resulta verdaderamente útil para el logro de mis propósitos en la vida.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿El mensaje a transmitir es claro y entendible?

Como receptores o interlocutores desarrollamos cierta empatía con lo que más nos identificamos. Sin embargo, antes de transmitir el mensaje debemos interiorizar la información que vamos a transmitir, para entenderla y posteriormente transmitirla de manera clara y entendible utilizando el canal más adecuado.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿Es realmente novedosa la información que vamos a transmitir?

Transmitamos algo que no se sepa o al menos que no se haya dicho, oído o visto antes de manera que llame la atención, active la inteligencia y genere creatividad en los receptores.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿A quién va dirigido el mensaje?

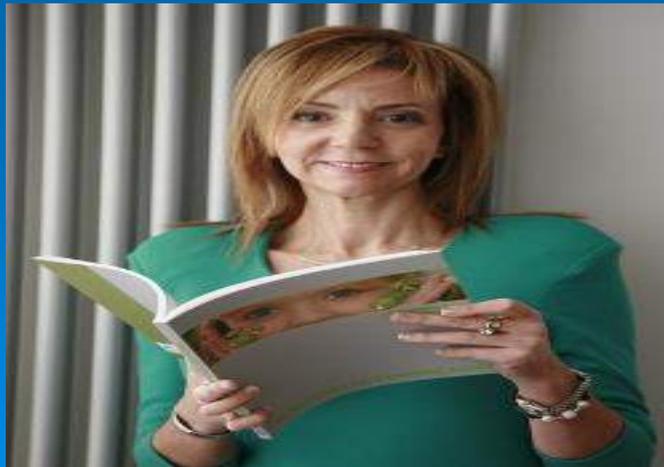
Cuando tenemos una información de interés que transmitir, el factor clave viene determinado por la persona o el grupo que vaya a recibir el mensaje. No es necesario anunciárselo al mundo, sino dirigirlo a la persona o el grupo de personas que les resulte útil.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿Hablamos la misma lengua en una forma clara y organizada?

Aunque queramos que nos entiendan sino tenemos claro el mensaje a transmitir, lo interiorizamos y lo expresamos de manera clara y directa, el resto de las personas no nos entenderán. Por ello, preparemos bien el mensaje, transmitámoslo de manera clara y adecuada y esperemos la retroalimentación de nuestros interlocutores.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿Cuál es la mejor forma de llegar a nuestros interlocutores con el mensaje que queremos transmitir?

Debemos comenzar por determinar dónde se encuentran los receptores, ya que cada vez son más los canales que disponemos y generalmente nuestros interlocutores están recibiendo información por diferentes canales a la vez. Asegurémonos que estamos utilizando la mejor forma y el mejor medio para enviar el mensaje.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

¿Cómo hacernos oír con la relevancia que queremos?

Efectivamente, nuestros interlocutores, reciben información simultáneamente por diferentes canales, por lo que sólo nos queda garantizar que transmitimos una información interesante, no conocida, novedosa y que estamos utilizando el canal más fiable y atractivo.



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

**¿Cómo asegurarnos que hemos transmitido lo que queríamos transmitir y en la forma más adecuada?**

**Cuando tengamos el mensaje a transmitir listo preparemos nuestro test que evalúe el contenido del mensaje. Apliquémoslo y el resultado nos dirá si realmente dice lo que queríamos decir y si la forma es la correcta, para que cause la impresión positiva y el objetivo que esperamos.**



# PILARES PARA UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

## ¿Qué objetivo final buscamos?

Indudablemente, el objetivo final que buscamos es que nos escuchen y nos entiendan para que nuestros interlocutores utilicen la información en interés de sus necesidades personales y colectivas. No se trata de comunicar para darnos a conocer, sino se trata de comunicar algo útil que despierte nuevas expectativas utilizando el canal más adecuado.

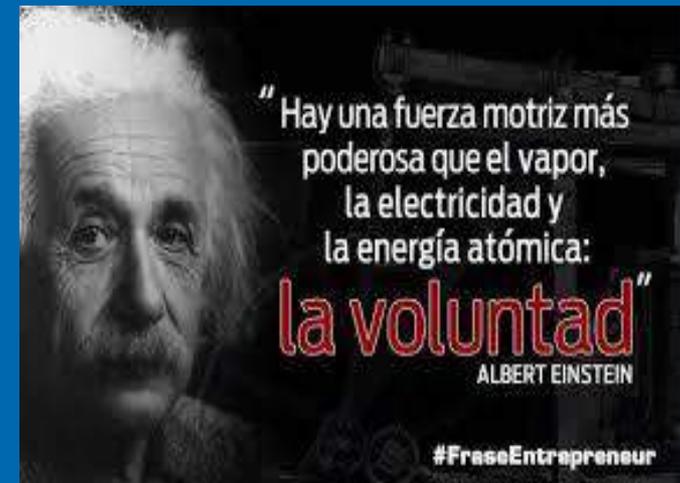


# NOS ACERCAMOS AL FINAL DE LA PARTE I

**Veamos el siguiente video**

**Efectividad personal, mentalidad positiva  
y cómo triunfar**

<http://www.youtube.com/watch?v=6NZL-66E664>





# PARA FINALIZAR

*Los seres humanos tenemos una predisposición natural para la empatía, la cooperación y el altruísmo y lo único que necesitamos es desarrollar nuestra*

***Inteligencia Emocional y Social***



Goleman (2008)

# BIBLIOGRAFÍA

Albrecht, K. (2007). *Inteligencia Social. La nueva ciencia del éxito*. Barcelona: ZETA.

Buzan, T. (2008). *El Poder de la Inteligencia Social*. Barcelona: URANO.

Gardner, H. (2000). *Estructuras de la Mente*. México: Fondo de Cultura Económica.

Goleman, D. (1996). *La Inteligencia Emocional*. México: ZETA.

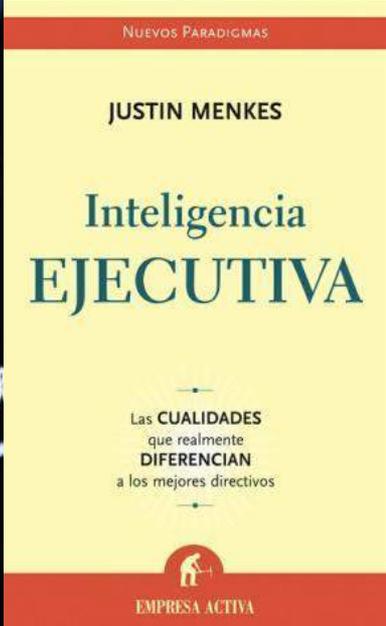
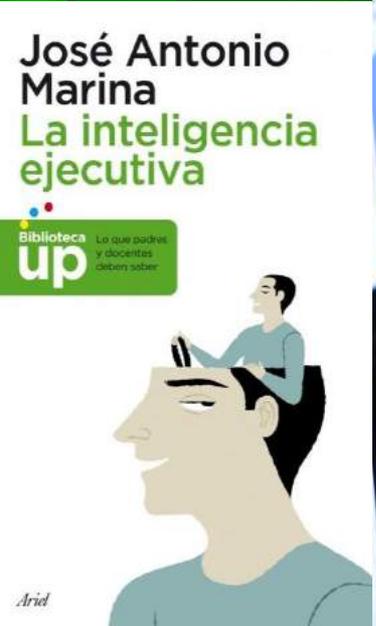
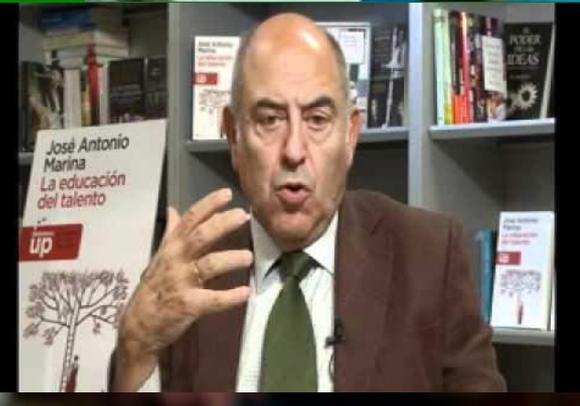
Goleman, D. (2010a). *Inteligencia Emocional en la Empresa*. Barcelona: Zeta.

Goleman, D. (2010b). *Inteligencia Social*. Barcelona: Kairos.

Riveiro, L. (2003). *Inteligencia Aplicada*. Caracas. Planeta.



# INTELIGENCIA EJECUTIVA



**Dr. Sergio Teijero Páez**  
Profesor e Investigador Asociado  
Universidad Central de Venezuela

# UN COMPROMISO DE VIDA PARA CRECER DE MANERA INTELIGENTE



## PÍLDORAS DE VIDA

Por: [www.gerenciapara la vida.com](http://www.gerenciapara la vida.com)

*"El compromiso va mucho más allá de decir "está bien, lo haré", es actuar en consecuencia, es planear el camino que seguirás para llegar a tu meta, es el enfoque en tus sueños y el trabajo constante hasta lograrlo."* **Katherine Giraldo**

*"El deseo es la clave para la motivación, pero es la determinación y el compromiso con una incesante búsqueda de su meta, un compromiso de excelencia, el que le permitirá alcanzar el éxito que usted busca."* **Mario Andretti**

*"Manténgase comprometido con sus decisiones, pero sea flexible en su enfoque."* **Tony Robbins**

*"La adversidad es el cruce de dos caminos donde una persona tiene que elegir uno de los dos: carácter o compromiso."* **John C. Maxwell**

*"El ideal está en ti; el obstáculo para su cumplimiento también."* **Thomas Carlyle**

*"Se necesita un profundo compromiso con el cambio y un compromiso aún más profundo para crecer."* **Ralph Ellison**



**EL COMPROMISO**

# Primero lo Primero.

## Dos grandes de la inteligencia ejecutiva



**José Antonio Marina.** Catedrático de filosofía en el instituto madrileño de La Cabrera, Doctor Honoris Causa por la Universidad Politécnica de Valencia. Conferencista y floricultor. Estudió filosofía en la Universidad Comutense de Madrid. Su labor investigadora se ha centrado en el estudio de la inteligencia y en especial de los mecanismos de la creatividad artística, científica, tecnológica y económica. **Sus últimos libros tratan de la inteligencia de las organizaciones y de las estructuras políticas.**



**Justin Menkes.** Experto en evaluación de ejecutivos. Se graduó con honores de Haverford College y obtuvo un master en Psicología en la Universidad de Pennsylvania. Tiene un doctorado en comportamiento organizativo en la Claremont Graduate University. **Es autor de un libro acerca de las características de los ejecutivos exitosos en el siglo XXI titulado: *Better under pressure* y del best seller *Inteligencia ejecutiva*.**

# Inteligencia Ejecutiva

## CONTENIDO

### Tema 1. A manera introducción y de activación de los conocimientos previos

---

1.1. ¿Qué es la inteligencia?

1.2. ¿Qué opina José A. Marina sobre el concepto de inteligencia?

1.3. ¿Cuáles son las inteligencias múltiples?

1.4. ¿Cuál es la novena inteligencia según Howard Gardner?

---

# Inteligencia Ejecutiva

## Tema 2. Otras inteligencias

2.1. Tres nuevas inteligencias según José A. Marina

2.2. Modelo de inteligencias estructurado en dos niveles

## Tema 3. Inteligencia ejecutiva

3.1. ¿Qué se entiende por Inteligencia Ejecutiva?

3.2. ¿Qué nos enseña la Inteligencia Ejecutiva?

3.3. ¿Cómo definir la inteligencia ejecutiva con dos palabras?

3.4. Habilidades y patologías ejecutivas

# Inteligencia Ejecutiva

## Tema 4. Inteligencia Ejecutiva Empresarial

4.1. Inteligencia ejecutiva para los líderes del Siglo XXI

4.2. Ventajas competitivas del talento

4.3. Ejecución de las ideas

4.4. Cómo medir la Inteligencia Ejecutiva

4.5. Valor de la Inteligencia Ejecutiva



## A MODO DE INTRODUCCIÓN

---

**Tenemos que convencernos de que la naturaleza de la verdad es la de triunfar, cuando le ha llegado su momento y debemos estar persuadidos de que sólo entonces aparece. Jamás se presenta demasiado pronto, es decir, cuando no tiene todavía un público maduro.**

Hegel

## A MODO DE INTRODUCCIÓN

Creo que estamos a punto de asistir a un interesante progreso científico, es decir, que el tiempo está maduro para aceptarlo. Siento la tentación de gritar como un niño: ¡Yo lo vi primero!, pero no caeré en esa vergonzosa presunción. Durante siglos se pensó que la función principal de la inteligencia era conocer.

Marina (2012)

José Antonio  
Marina  
La inteligencia  
ejecutiva



## A MODO DE INTRODUCCIÓN

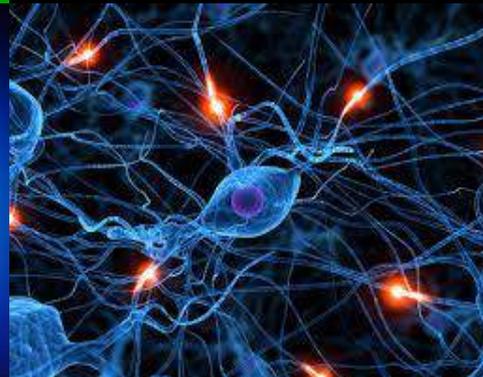
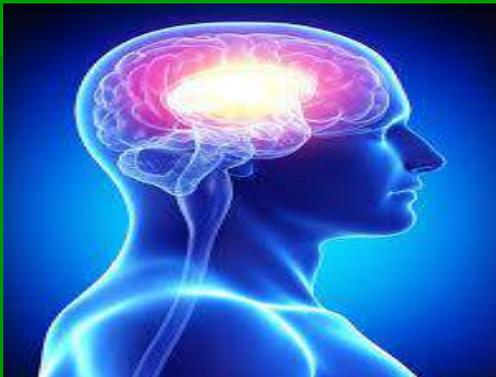
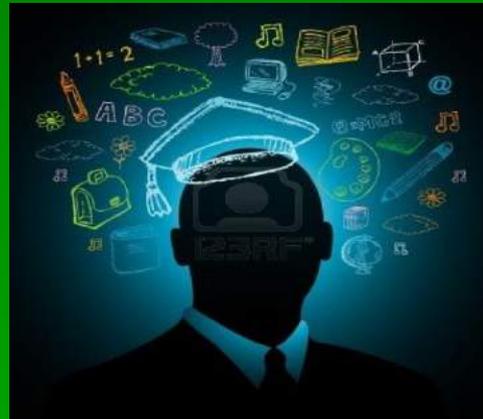
Primero, fue la época dorada de la **INTELIGENCIA COGNITIVA**. Después se reconoció la importancia de la **INTELIGENCIA EMOCIONAL**, dada la influencia del mundo afectivo en el comportamiento humano. Muchos síntomas parecen anunciar que estamos en el comienzo de una nueva etapa, que aprovecha todo lo anterior situándolo en un marco teórico más amplio y potente. Desde múltiples campos de investigación emerge la novedosa e interesante idea de la **INTELIGENCIA EJECUTIVA**.

Marina (2012)

José Antonio  
Marina  
La inteligencia  
ejecutiva



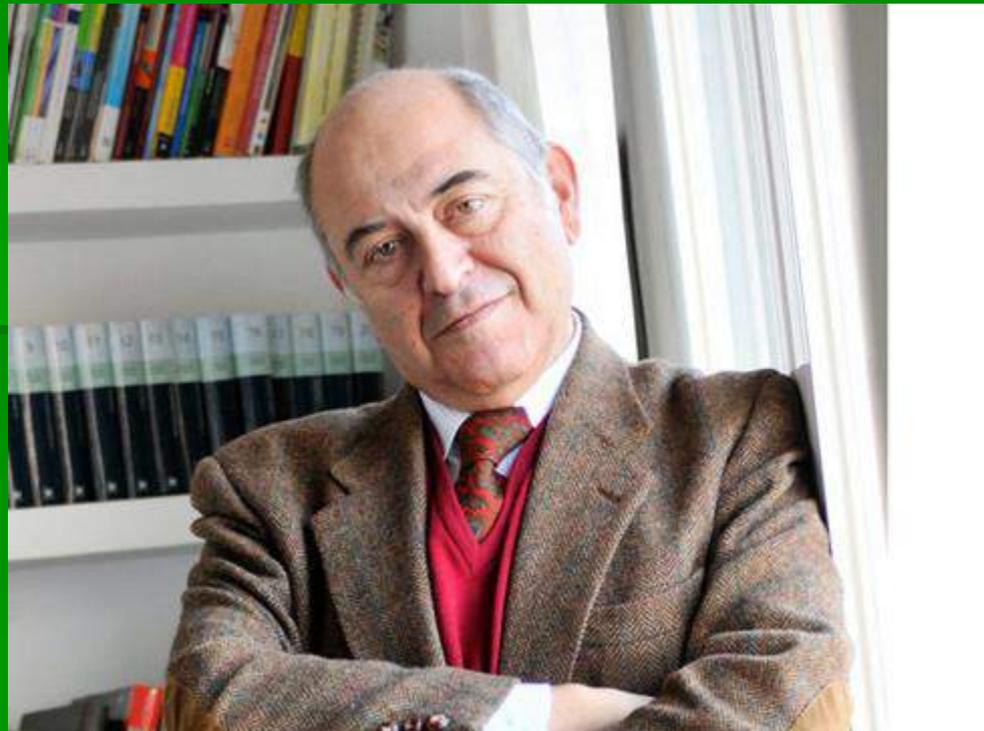
# QUÉ ES INTELIGENCIA



**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

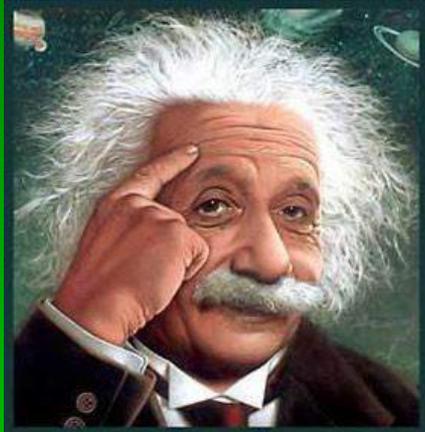
**La inteligencia: nuestro gran recurso**

<http://www.youtube.com/watch?v=ZsJbtkxIEQ4>



Capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla en resolver problemas

Facilidad para aprender, aprehender o comprender, es percepción, intelecto e intelectualidad



## INTELIGENCIA



Es capacidad para resolver situaciones problemáticas

Es calidad o capacidad de comprender y adaptarse fácilmente



Gardner (2000) y Riveiro (2003)

# QUÉ OPINA JOSÉ ANTONIO MARINA SOBRE LA INTELIGENCIA



**“ La función de la INTELIGENCIA no es conocer, ni resolver ecuaciones diferenciales, ni jugar al ajedrez, sino dirigir el comportamiento para resolver bien nuestros problemas vitales, afectivos o profesionales; para saber elegir nuestras metas y poder realizarlas.”**

**Marina (2009)**



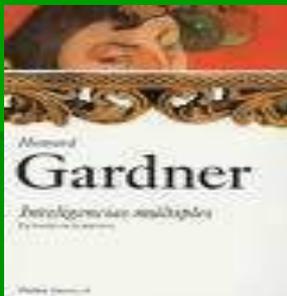
**INTELIGENCIA**, es la capacidad de dirigir bien el comportamiento, eligiendo metas, aprovechando la información y regulando las emociones.

**Marina (2012)**

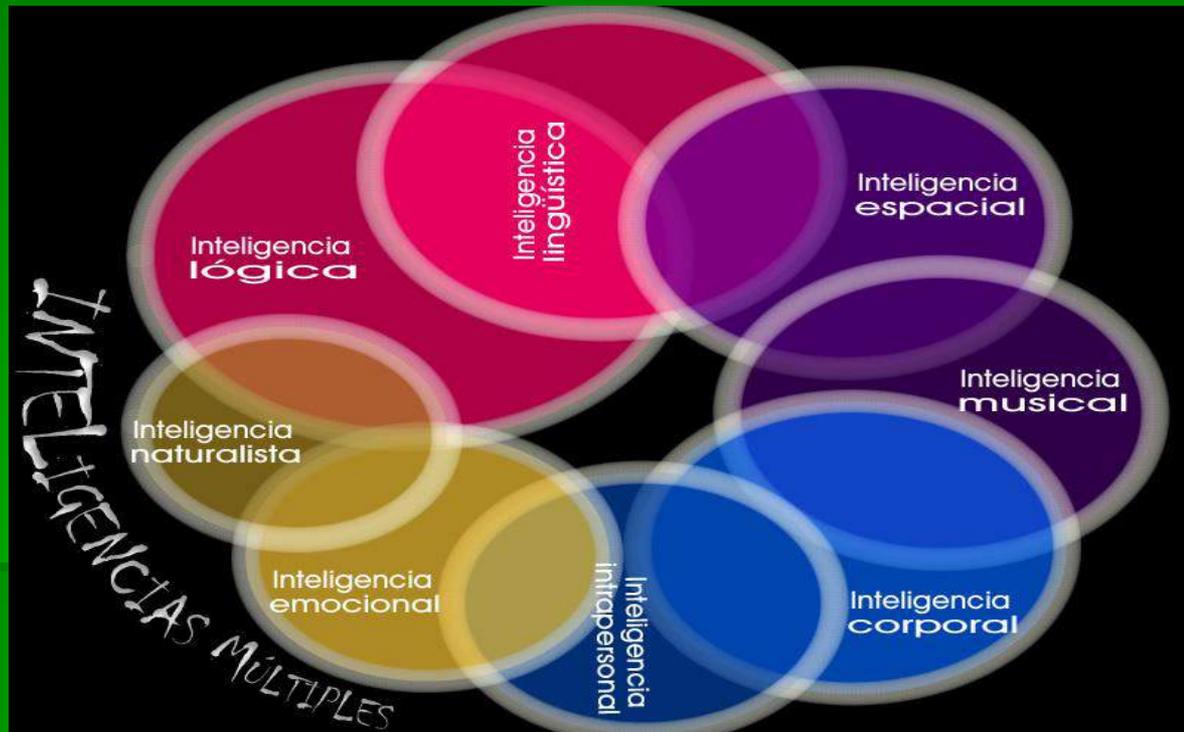
# LAS INTELIGENCIAS DEL SER HUMANO

El concepto de inteligencia como medida singular de competencia debe desaparecer. Los seres humanos tienen una gama de competencias, denominadas inteligencias, que existen en diferentes proporciones en distintas personas.

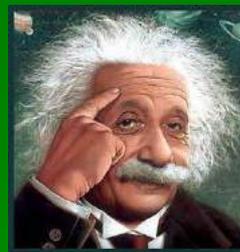
Gardner (2000)



# CUÁLES SON ESAS INTELIGENCIAS



**Visual espacial**



**Lógico matemática**

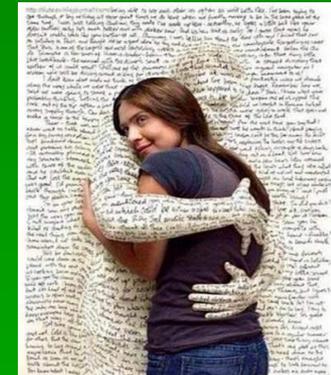
**Musical**



**Naturista**



**Verbal lingüística**



**INTELIGENCIAS  
MÚLTIPLES**

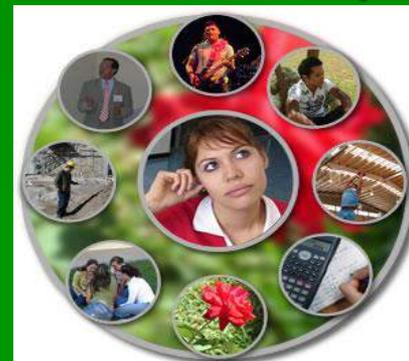
**Interpersonal**



**Corporal cinestésica**

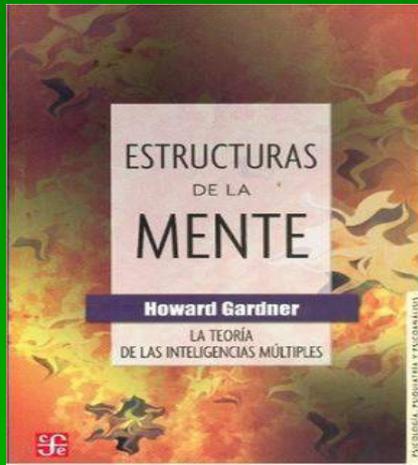


**Intrapersonal**



**Gardner (2000)**

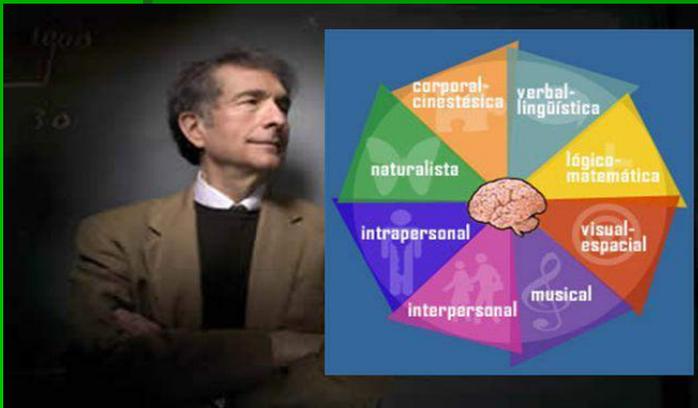
# CUÁL ES LA NOVENA INTELIGENCIA QUE DEFINE HOWARD GARDNER



La inteligencia de las grandes preguntas. “Cuando los niños preguntan el tamaño del universo, cuando los adultos meditan sobre la muerte, el amor, el conflicto, el futuro del planeta, se están ocupando de cuestiones existenciales”.

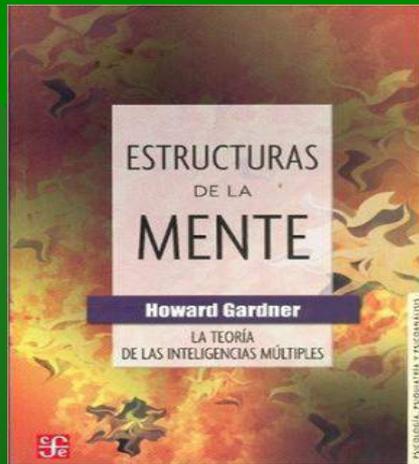
Sin embargo, “(...) mi duda en declararla como una inteligencia totalmente estructurada surge de mi incertidumbre sobre si ciertas regiones del cerebro están dedicadas a la contemplación de cuestiones que son muy vastas o demasiados infinitesimales para definir las”.

Gardner (2005)



# LA TEORÍA DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

(A manera de conclusión)

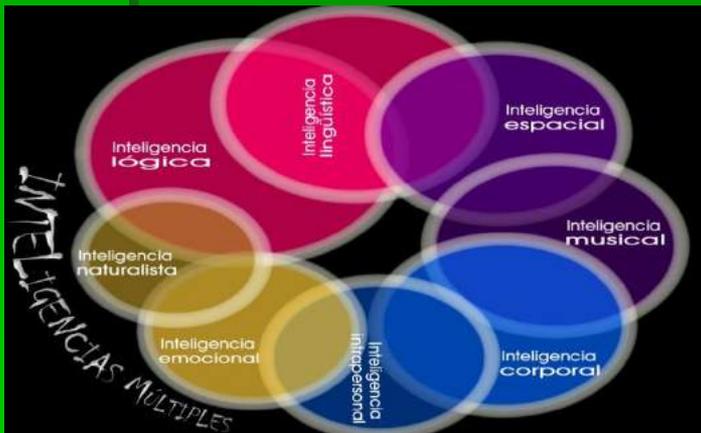


De la teoría de que todos poseemos ocho o nueve inteligencias relativamente autónomas se derivan tres afirmaciones:

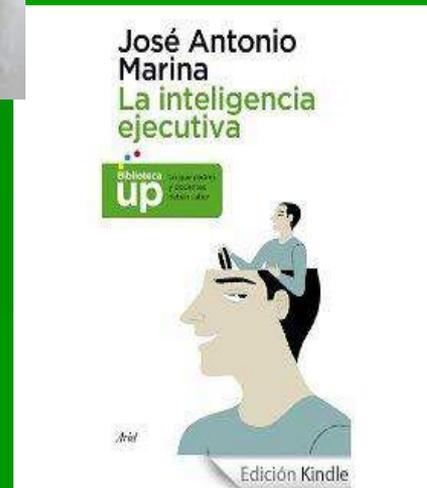
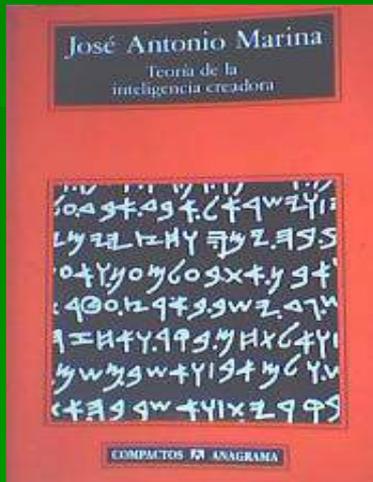
-Todos tenemos estas ocho o nueve inteligencias, que es lo que nos hace seres humanos.

- No existen dos individuos que tengan el mismo perfil de inteligencias.

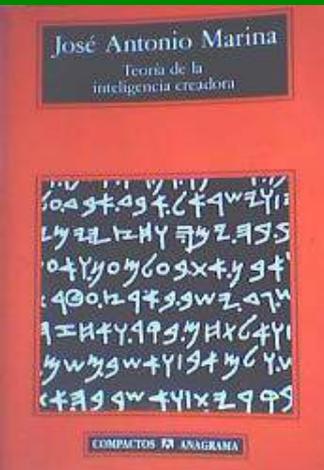
- El tener una inteligencia no significa que el ser humano se comporte moral o inteligentemente.



# OTRAS INTELIGENCIAS DESDE LA ÓPTICA DE JOSE ANTONIO MARINA



# MARINA NOS CONDUCE POR EL CAMINO DE DOS NUEVAS INTELIGENCIAS



La **INTELIGENCIA CREATIVA** trata de resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza.

Marina (2007; 2013)



La **INTELIGENCIA EJECUTIVA**, es la que organiza a todas las demás inteligencias y tiene como objetivo **DIRIGIR BIEN LA ACCIÓN**, aprovechando nuestros conocimientos y emociones. Son aquellas operaciones mentales que permiten elegir objetivos, elaborar proyectos y organizar la acción para realizarlos.

Marina (2012)

# MARINA TAMBIÉN NOS HABLA DE LA INTELIGENCIA COMPUTACIONAL O GENERADORA



**La inteligencia computacional o generadora** nos indica que el cerebro funciona como una gran computadora, haciendo operaciones sin que lo sepamos. “(...) Es un conjunto de procedimientos preestablecidos y preprogramados que se realizan con un mínimo control consciente e incluso de conocimientos”.

Marina (2012)

José Antonio  
Marina  
La inteligencia  
ejecutiva

Biblioteca  
up



Edición Kindle

## Un ejemplo:

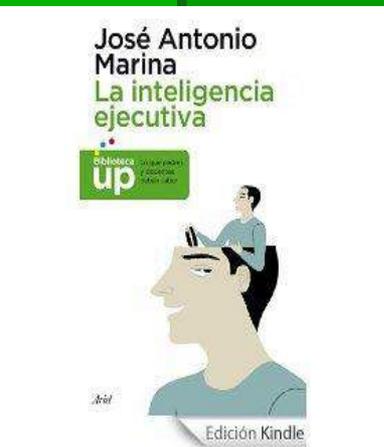
Cuando un jugador de béisbol corre para atrapar la pelota. ¿Cómo calcula la trayectoria, la velocidad y cómo ajusta la velocidad de su carrera para atraparla? Simplemente, su cerebro la calcula con gran eficacia de manera no consciente.

# UN MODELO DE INTELIGENCIA ESTRUCTURADO EN DOS NIVELES



“(...) Siguiendo los descubrimientos de la neurociencia, la experiencia proporcionada por las investigaciones sobre inteligencia artificial y la observación psicológica, creo que hay que admitir que existe un modelo de inteligencia estructurado en dos niveles”.

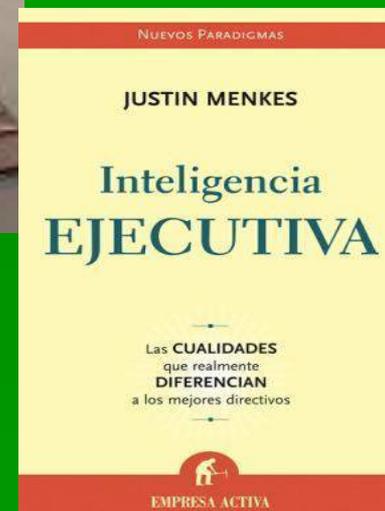
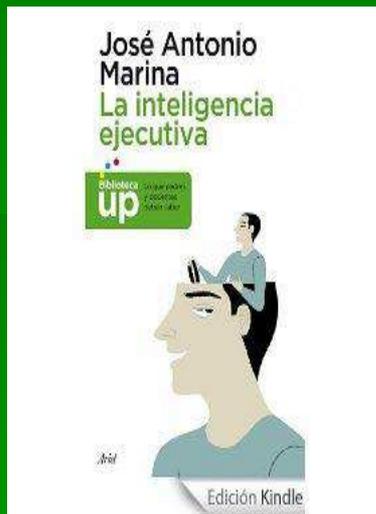
Marina (2012)



Un **nivel computacional** generador de ideas, sentimientos, deseos, imaginaciones e impulsos y un **nivel ejecutivo** que intenta controlar, dirigir, corregir, iniciar y apagar todas esas operaciones mentales, con mayor o menor éxito.

Marina (2012)

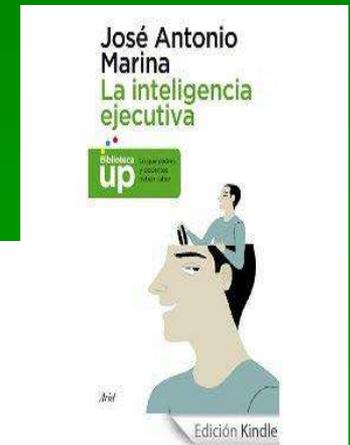
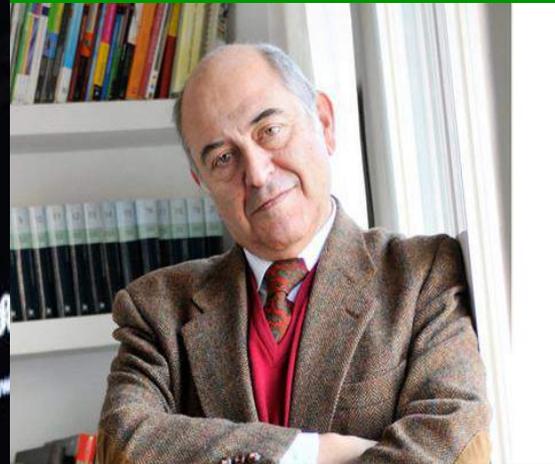
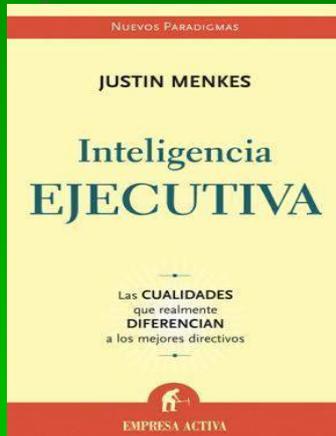
# QUÉ ES LA INTELIGENCIA EJECUTIVA



VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

## Inteligencia ejecutiva

<http://www.youtube.com/watch?v=4AshrGEI4u8>



# INTELIGENCIA EJECUTIVA

De todas las destrezas ejecutivas la inteligencia es una de las fundamentales, ya que permite al ejecutivo cumplir con una de sus principales responsabilidades: **llegar al fondo de los problemas.**

La **inteligencia ejecutiva** permite cumplir a cabalidad con los quehaceres ejecutivos.





## INTELIGENCIA EJECUTIVA

La **Inteligencia Ejecutiva** constituye un conjunto particular de aptitudes que un ejecutivo debe ser capaz de demostrar en cuatro contextos laborales: **cumplimiento de las tareas, trabajar con otras personas, juzgarse a sí mismo y actuar en conformidad con sus principios.**

Los ejecutivos para cumplir con sus labores deben alcanzar varios objetivos. **Decidir qué tareas cumplir, en qué orden y cuál es el mejor modo de lograrlo.** Deben hallar el modo de alcanzar sus objetivos en cooperación con otras personas. Para ello necesitan desarrollar su:

**Inteligencia Ejecutiva**



# QUÉ SE ENTIENDE POR INTELIGENCIA EJECUTIVA

Todos los líderes que se dedican a los negocios y se destacan por su excepcionalidad, están dotados de una inteligencia particular que les permite conseguir brillantes resultados:

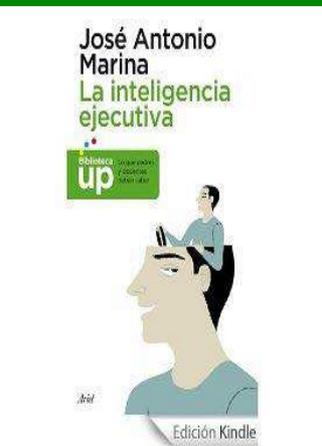
## LA INTELIGENCIA EJECUTIVA



Es una especial claridad mental y un instinto para los negocios que supera cualquier educación formal recibida.

Su fundamento es la capacidad de un individuo para utilizar hábilmente la información de que dispone y guiar con ella su pensamiento y sus acciones.

# LA INTELIGENCIA EJECUTIVA NOS ENSEÑA



A que hay que ayudar a las personas para que precisen sus propios proyectos, escuchar atentamente sus respuestas, hablar de los detalles y de la secuencia de acciones que tienen que hacer, recordarles las decisiones que han tomado y animar a los amigos a colaborar y planificar juntos.

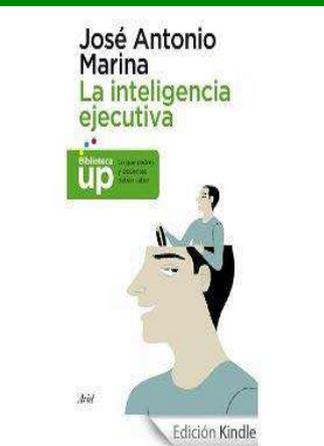
Marina (2012)



Animar a las personas a realizar un proyecto que les interesa, los ayuda a realizarse, a desarrollar su propia creatividad, centra su atención en algo que les interesa y al mismo tiempo, les brinda la satisfacción de estar logrando una meta trazada.

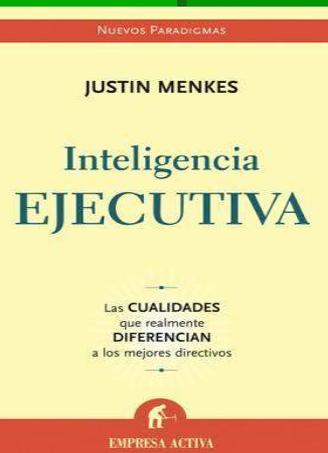
Eso es desarrollar la **INTELIGENCIA EJECUTIVA**

# LA INTELIGENCIA EJECUTIVA NOS ENSEÑA



Durante cientos de años se ha creído que el secreto para ser un buen líder radica en saber anticiparse a los cambios, en ser personas emprendedoras, buenos comunicadores, siempre prestos a fomentar el trabajo en equipo, a dar prioridad a los empleados o a los clientes, etc.

Sin embargo, este inventario de capacidades arroja poca luz sobre las verdaderas condiciones de la excelencia en el liderazgo.



La excelencia en el liderazgo debe buscarse entre las capacidades cognitivas ligadas específicamente al entorno empresarial, donde se destaca:

## LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

Menkes ( 2012)



# DOS PALABRAS CLAVES PARA LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Posibilidad y proyecto)

El **pintor** se fija en los juegos de la luz con las olas

El **navegante** se fija en el enorme espacio que podría sucar, en el viento y en las mareas

Un pintor, un navegante y un constructor pasean por una playa.

¿Ven lo mismo? NO

El **constructor**, se fija en la productiva urbanización que podría construir en ese paraje



# DOS PALABRAS CLAVES PARA LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (La conclusión)



Las posibilidades aparecen cuando nos dirigimos a la realidad con un proyecto inteligente. “(...) Vivimos encontrando posibilidades en la realidad, también en nosotros mismos. Somos lo que somos más nuestras posibilidades, que debemos descubrir y realizar mediante nuestros proyectos vitales”.

Marina (2012)

“(...) Los humanos podemos dirigir nuestras actividades por proyectos pensados, por metas soñadas, y enderezar toda la formidable maquinaria generadora de ideas hacia esos objetivos.”

Marina (2012)



# HABILIDADES Y PATOLOGÍAS EJECUTIVAS



... El mundo ejecutivo requiere líderes preparados y actualizados, está foto?

## DIPLOMADO FORMACIÓN EJECUTIVA Y HABILIDADES GERENCIALES

Los temas de mayor vanguardia empresarial para una formación integral.

1. Atención estratégica a la cultura corporativa	Marzo 23 - 24
2. Coaching Ético y nutricional para ejecutivos	Abril 15 - 16
3. Gestión crítica de capital humano	Mayo 20 - 21
4. Ingresos, eficiencia y protocolo empresarial	Junio 17 - 18
5. Indicadores de gestión y ejecución	Julio 15 - 16
6. Calidad en el servicio al estilo Disney	Agosto 19 - 20
7. Administración personal efectiva	Septiembre 23 - 24
8. El arte de comunicar tus ideas profesionalmente	Octubre 21 - 22
9. Inteligencia financiera	Noviembre 18 - 19
10. Formación de equipos de alto rendimiento	Diciembre 2 - 3

**Exclusivo para gerentes y directivos con al menos 5 años de experiencia dirigiendo organizaciones.**

10 módulos de 10 hrs cada uno (100 hrs total)  
Venues de 06 a 21 hrs y sábados de 8 a 14 hrs.  
Inscripción: \$12,000 pesos (de contado) + IVA  
Enganche \$3,000 y 10 mensualidades de \$1,000 c/u + IVA.

Informar: (003) 3514000 - 3514417 | [informa@escuela-regioctos.com](mailto:informa@escuela-regioctos.com)





# HABILIDADES EJECUTIVAS

Son las que permiten dirigir una acción movida por metas consecuentemente elegidas, permiten inhibir la respuesta, comparar, evaluar, establecer metas, iniciarlas, mantenerlas y en caso necesario cambiarlas. Estas son:

1. **Inhibir la respuesta.** No dejarse llevar por los impulsos.
2. **Dirigir la atención.** Poder concentrarse en una tarea evitando las distracciones.
3. **Control emocional.** Capacidad para resistir los movimientos emocionales que perturban la acción.
4. **Planificación y organización de metas.** Capacidad para ser planificado y organizado en el alcance de una meta.
5. **Inicio y mantenimiento de la acción.** Capacidad para evitar la lentitud al comenzar una tarea o ser incapaz de mantenerla.





# HABILIDADES EJECUTIVAS (cont.)

6. **Flexibilidad.** Capacidad de cambiar de estrategia, de aprender cosas nuevas o de aprender de los errores.
7. **Manejo de la memoria de trabajo.** Capacidad para aprovechar los conocimientos que se tienen.
8. **Manejo de la metacognición.** Reflexionar sobre nuestro modo de pensar o de actuar con el fin de mejorarlo.
9. **Sacrificio.** Capacidad de soportar el esfuerzo, de aguantar las molestias y de guiarse por recompensas lejanas.

## LA FÓRMULA DE LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

Habilidades ejecutivas x esfuerzo

... El mundo ejecutivo requiere líderes preparados y actualizados, está listo!

**DIPLOMA**  
**FORMACIÓN EJECUTIVA**  
**Y HABILIDADES GERENCIALES**

Los temas de mayor vanguardia empresarial para una formación integral:

1. Atención estratégica a la cultura corporativa	Marzo 25 - 26
2. Coaching físico y nutricional para ejecutivos	Abril 15 - 16
3. Gestión efectiva de capital humano	Mayo 20 - 21
4. Estrategia, ética y protocolo empresarial	Junio 17 - 18
5. Indicadores de gestión y ejecución	Julio 15 - 16
6. Calidad en el servicio al estilo Disney	Agosto 19 - 20
7. Administraciones personal efectivas	Septiembre 23 - 24
8. El arte de comunicar los ideas profesionalmente	Octubre 21 - 22
9. Inteligencia emocional	Noviembre 18 - 19
10. Dirección de equipos de alto rendimiento	Diciembre 2 - 3

Exclusivo para gerentes y directivos con el mínimo 5 años de experiencia en el ámbito organizacional.

10 módulos de 10 hrs cada uno (100 hrs totales)  
Vanos de 10 a 21 hrs y salidas de 7 a 14 hrs.  
Inversión: \$15.000 pesos IVA incluido + IVA.  
Segunda \$3.000 y 10 años de garantía de \$1.000 IVA + IVA.

CEET  
CENTRO EJECUTIVO DE ESTUDIOS Y TALENTO



# PATOLOGÍAS EJECUTIVAS

Las patologías ejecutivas son lo opuesto a las habilidades ejecutivas.

1. El sujeto no puede inhibir la respuesta, es decir impedir la acción. Se caracteriza por:

- **Impulsividad.** Producción de actos violentos contra las personas y las cosas.
- **Compulsión.** Acciones reflexivas acompañadas de luchas interna. Ejemplo: El sujeto que comprueba todas las noches cuatro veces que ha cerrado la puerta principal de la casa. Intenta oponerse a esa conducta pero luego de varios fracasos se somete.
- **Automatismos.** Movimientos involuntarios. Ejemplos: los tics.
- **Adicción.** Enfermedad física y psicoemocional, que genera dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación, causada por la satisfacción que esta genera en el sujeto.



# PATOLOGÍAS EJECUTIVAS (cont.)



2. **El sujeto no puede iniciar la acción.** Personas con gran dificultad para iniciar una tarea. Ejemplo: El hábito de postergarlo todo, de dejarlo para mañana.
3. **El sujeto no puede tomar decisiones.** Sujetos que son incapaces de administrar bien su tiempo, cumplir un programa de trabajo, interrumpir una tarea y seguir con otra, lo que aparentemente hace que el sujeto pierda el objetivo trazado y no alcance la meta.
4. **El sujeto no puede mantener sus planes.** Sujeto que se traza el plan de ir hacia un sitio y ante cualquier eventualidad cambia de plan y va hacia otro, ya sea por iniciativa propia o por seguir a otro sujeto.
5. **El sujeto no puede cambiar sus metas.** Sujeto con inercia en su comportamiento que le impide detener o cambiar una tarea, a pesar de tener la orden de hacerlo.



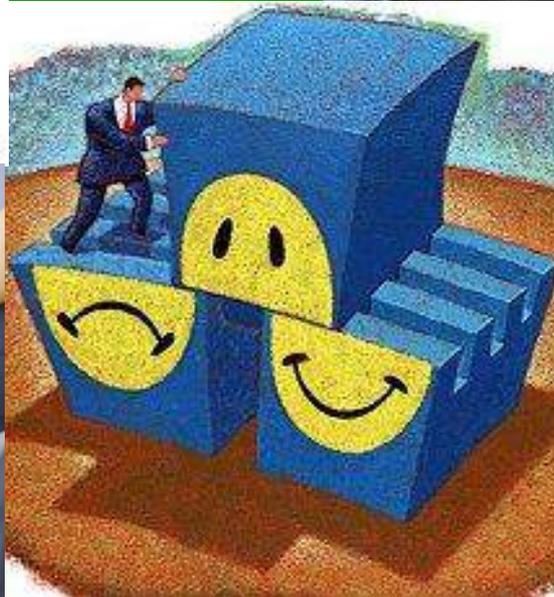
# INTELIGENCIA EJECUTIVA PARA LOS LÍDERES DEL SIGLO XXI

## MOTIVACIÓN

- Se estudia para averiguar, a qué obedecen las necesidades, y deseos dentro del trabajo.
- Investiga las acciones humanas y su entorno laboral:
- ¿Qué motiva a alguien a hacer algo?
- ¿Qué lo incita?



ING. JOSE LUIS HERNANDEZ CABRERA



# INTELIGENCIA EJECUTIVA PARA LOS LÍDERES DEL SIGLO XXI

**¿Qué es ser inteligente en el mundo de los negocios?**

El líder inteligente no mide su coeficiente de inteligencia, sino:

- **nivel de confianza que tiene en sí mismo**
  - **cómo trabaja con otras personas**
  - **cómo se organiza y planifica las tareas**

La combinación de estos tres elementos mide el **rendimiento de los ejecutivos**. Uno puede tener confianza en uno mismo pero si no sabe cómo trabajar en equipo, sólo alcanzará lo que sus limitaciones le permitan.



# INTELIGENCIA EJECUTIVA PARA LOS LÍDERES DEL SIGLO XXI

Si quieres cambiar de empresa o deseas subir un eslabón como ejecutivo o directivo, lo primero que te preguntan es:

- **dónde está situado tu equipo de trabajo ahora**
  - **con qué responsabilidades empezaron contigo y cuáles tienen ahora**

No quieren saber cómo te vendes tú, sino cuánto ha crecido tu equipo contigo, cómo ha evolucionado e innovado, etc.

**Al líder del siglo XXI sus empleados lo siguen por sus convicciones y no por obligación.**



# INTELIGENCIA EJECUTIVA PARA LOS LÍDERES DEL SIGLO XXI

Se necesitan líderes que ilusionen generando proyectos de futuro, que dignifiquen la persona y que pongan su atención en el sentido trascendente del trabajo. **Capaces de entender que dirigir es servir. Servir a la persona, a la organización y a los clientes.**

El líder se convierte así en **facilitador y catalizador** del máximo rendimiento de aquellos que le rodean.



# INTELIGENCIA EJECUTIVA PARA LOS LÍDERES DEL SIGLO XXI

Hacen falta líderes que presenten a sus equipos un **horizonte alcanzable partiendo de la satisfacción por la entrega a la tarea.** Necesitamos que todos los profesionales y ejecutivos se sientan elementos de valor en la cadena de trabajo en la que participan.

**Sólo desde el orgullo por lo que se hace es posible dar lo mejor de nosotros mismos.**



# INTELIGENCIA EJECUTIVA PARA LOS LÍDERES DEL SIGLO XXI (Resumen)

Nivel de confianza que tiene en sí mismo

Cómo trabaja con otras personas

Cómo se organiza y  
planifica las tareas

**Líder del siglo XXI**

Dónde está situado tu equipo de  
trabajo, con qué responsabilidades  
empezaron contigo y  
cuáles tienen ahora



Capaces de entender que  
dirigir es servir

# FUENTES DE MOTIVACIÓN PERSONAL EN EL ENTORNO LABORAL

**Motivación al logro.** Hace que las personas luchen por mejorar o cumplir con estándares de excelencia. Las personas que poseen esta destreza se establecen altas metas.

**Implicación y Compromiso.** Las personas implicadas y comprometidas con la organización también están motivadas por su compromiso con los objetivos de la empresa. Esto es posible cuando las metas del individuo se reflejan en las de la empresa y ambos creen en lo que hacen.



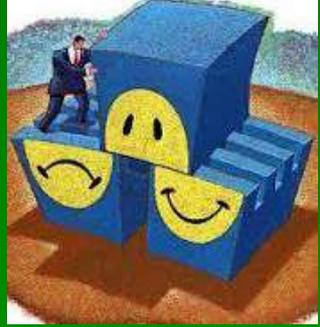
# FUENTES DE MOTIVACIÓN PERSONAL EN EL ENTORNO LABORAL

**Iniciativa.** Las personas que demuestran iniciativa persiguen metas que sobrepasan las expectativas, que los otros se han hecho de ellos; buscan oportunidades, rompen reglas y mueven a otros a realizar esfuerzos.

**Creación de lazos.** Si creamos lazos en el trabajo creamos relaciones mutuamente beneficiosas para los asociados y para el resto de personal.

**Capacidades de equipo.** Conseguir que los miembros de un equipo participen de forma activa y entusiasta en las actividades consiguiendo identidad y compromiso en el entorno de trabajo.



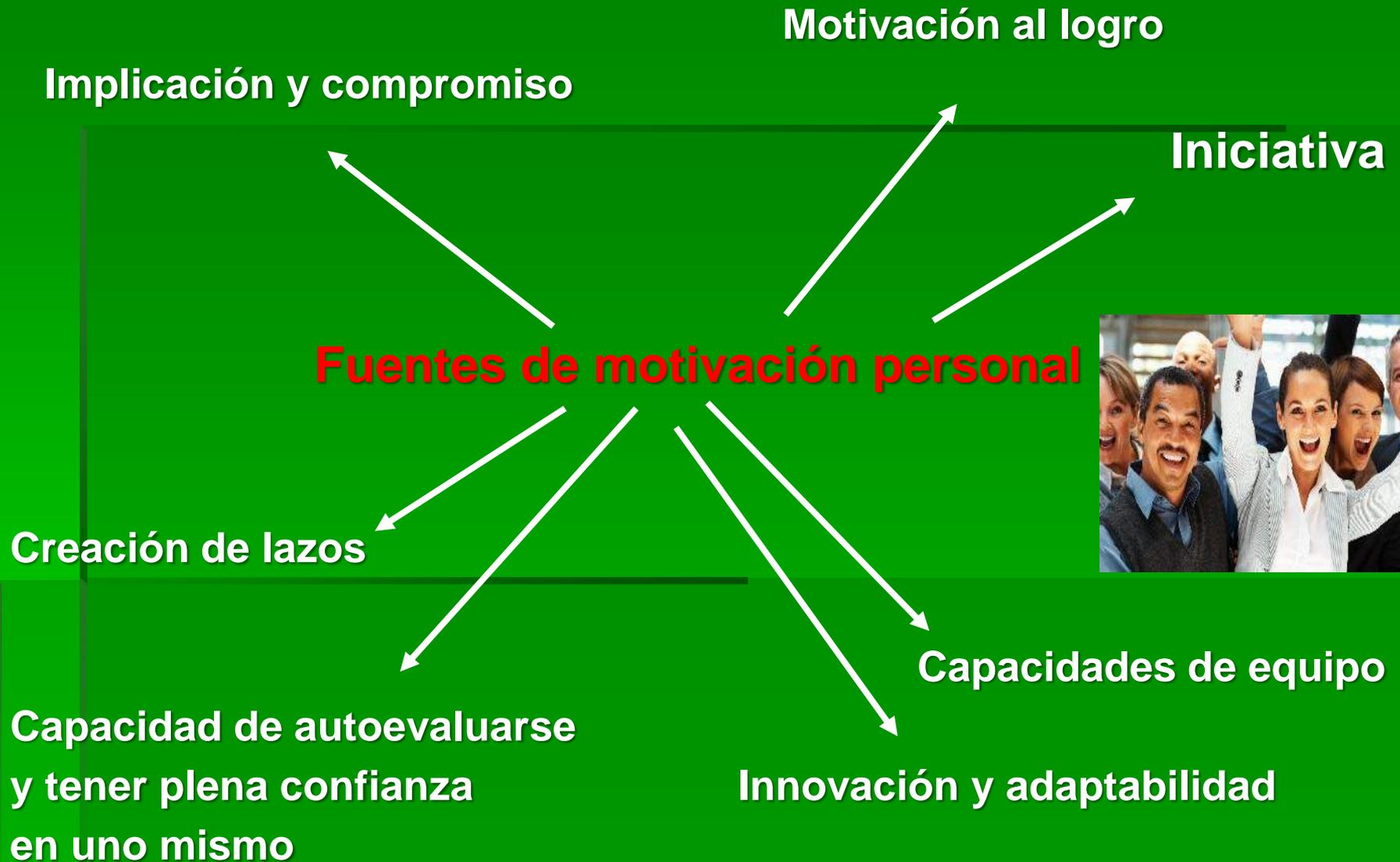


## FUENTES DE MOTIVACIÓN PERSONAL EN EL ENTORNO LABORAL

**Capacidad de autoevaluarse y tener plena confianza en uno mismo.** Las personas que poseen esta cualidad son más abiertas a la retroalimentación y al aprendizaje continuo. Además, los empleados con auto-confianza asumen más riesgos y retos.

**Innovación y adaptabilidad.** Las personas innovadoras aportan ideas frescas con mayor rapidez y buscan siempre nuevas y creativas formas de hacer las cosas, ajustándose a los cambios con mayor comodidad.

# FUENTES DE MOTIVACIÓN PERSONAL EN EL ENTORNO LABORAL (Resumen)



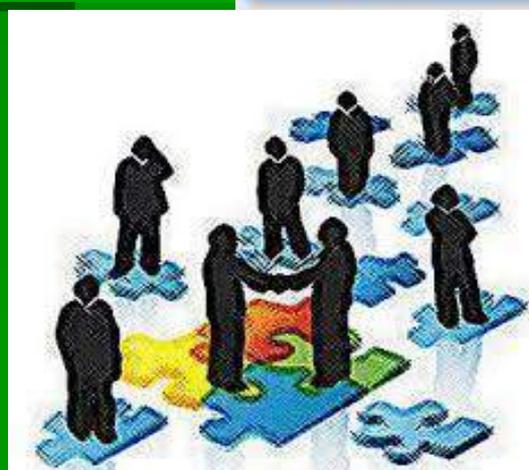
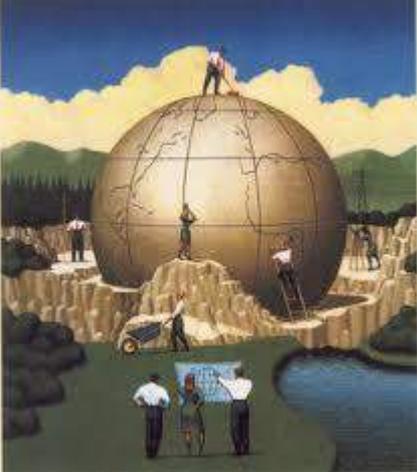
**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

**¿Eres un líder? 22 claves para descubrir tu liderazgo**

**<http://www.youtube.com/watch?v=IzMMDgVKYHQ>**



# VENTAJAS COMPETITIVAS DEL TALENTO

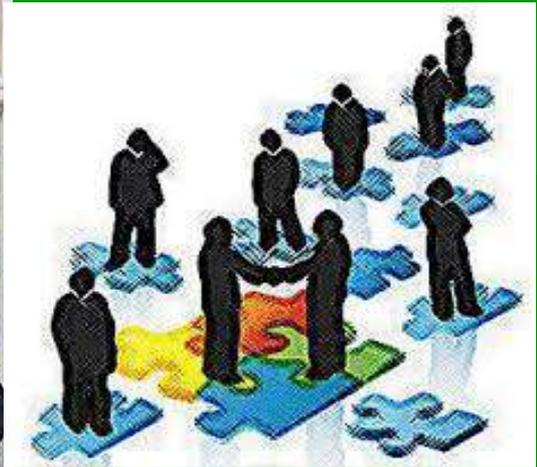
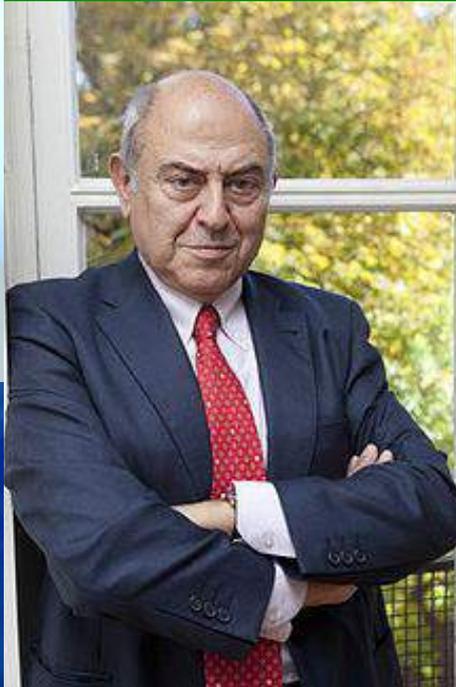


¿Qué es el talento?

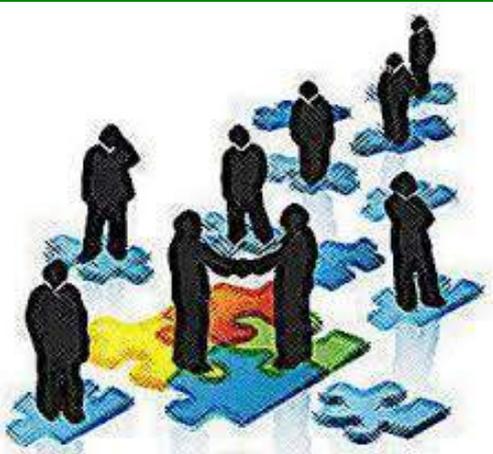
**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

**¿De donde viene la palabra talento?**

<http://www.youtube.com/watch?v=AA7JNRB6St8>



# VENTAJAS COMPETITIVA DEL TALENTO



En el siglo XXI, los modelos de gestión requieren de una inteligencia ejecutiva en todos los niveles de una organización, **no sólo en el más alto.**

**En el pasado,** uno o dos individuos eran suficientes para formular la estrategia competitiva de una empresa, que seguiría siendo viable en los siguientes veinte o treinta años, pero esto ya no es posible hoy en día.

**En la actualidad,** el Presidente de una organización tiene que realizar demasiados ajustes en su gestión y con gran rapidez, que las organizaciones deben reorganizarse para delegar más autoridad y responsabilidad entre un mayor número de personas.

## VENTAJAS COMPETITIVA DEL TALENTO

“(...) ya no es posible que sólo dos o tres cerebros gestionen una empresa; el éxito depende cada vez más de la capacidad para tomar decisiones inteligentes en cada nivel de la empresa”.



**Andrea Jung**  
Directora general de Avon

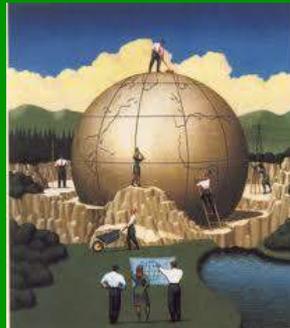
“Nuestra manera de pensar es colectiva, ya que sólo así podemos perfeccionar las ideas que cada uno tenga. Nuestro producto final es muy diferente de su propuesta inicial”.

**Kevin Rollins**  
Director General de Dell Inc

# VENTAJAS COMPETITIVA DEL TALENTO

El acceso a los recursos, tanto materiales como informativos, está hoy tan generalizado que ya no puede proporcionar una gran ventaja competitiva. Sólo un uso provechoso de estos recursos y **esencialmente el talento humano**, es lo que diferencia la ejecución de una empresa de otra.

La teoría de la **inteligencia ejecutiva** proporciona una descripción específica de aquellas **aptitudes que poseen las personas**, que al identificarlas permite colocarlas en los lugares donde su talento contribuirá al máximo en el progreso de la organización.



# APTITUDES PARA IDENTIFICAR EL TALENTO

## Aptitudes relacionadas con las tareas, tales como:

- Definir adecuadamente un problema y distinguir entre sus objetivos.
- Anticiparse a los obstáculos e identificar los medios para superarlos.
- Analizar críticamente la validez de los supuestos preconcebidos.
- Articular los puntos fuertes y los más débiles de las sugerencias de los demás.
- Tener claro lo que ya se sabe de un tema, qué más se necesita dominar y cómo obtenerlo.
- Utilizar diferentes perspectivas para identificar las posibles consecuencias no deseadas de varios planes de acción.

Menkes (2011)



# APTITUDES PARA IDENTIFICAR EL TALENTO

## Aptitudes relacionadas con las personas, tales como:

- Saber obtener las conclusiones correctas de un intercambio de opiniones.
- Reconocer las motivaciones de los individuos y grupos implicados en un intercambio de opiniones.
- Anticiparse a las probables reacciones emocionales de los individuos.
- Identificar con exactitud los asuntos claves de un conflicto.
- Tener en cuenta los efectos y consecuencias no deseadas resultados de una acción.
- Mantener el equilibrio entre las distintas necesidades de todas las partes interesadas.

Menkes (2011)



# APTITUDES PARA IDENTIFICAR EL TALENTO

## Otras aptitudes intrapersonales, tales como:

- Buscar la información que permita descubrir los errores y subsanarlos.
- Reconocer los prejuicios o limitaciones y utilizar ese conocimiento para mejorar un plan de acción.
- Advertir cuándo graves errores requieren un reconocimiento público y un cambio de rumbo radical.
- Identificar los defectos de los argumentos de los demás y reafirmar la fuerza de los propios.
- Saber cuándo es el momento de rechazar las objeciones de los demás y mantener el compromiso con un plan de acción válido.

Menkes (2011)



# APTITUDES PARA IDENTIFICAR EL TALENTO

## A manera de conclusión

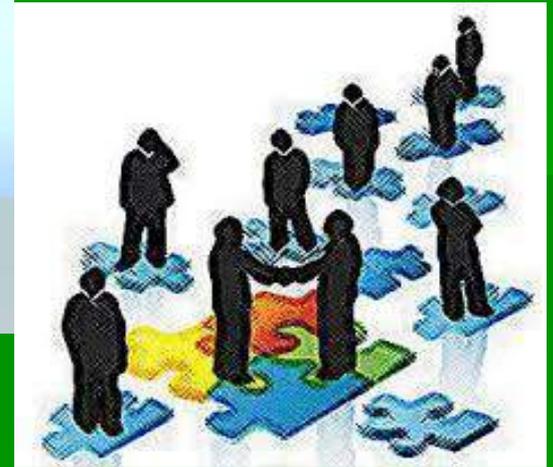
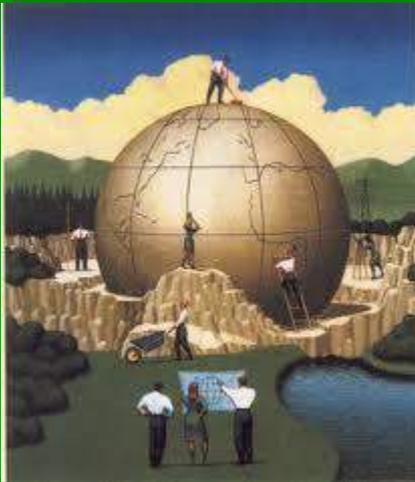
Aunque la mayoría de los ejecutivos reúnen muchas de las aptitudes antes expuestas, sólo aquellos que poseen una combinación proporcionada de las tres, cuentan con posibilidades de convertirse en líderes excepcionales, que den como fruto unos resultados superiores.



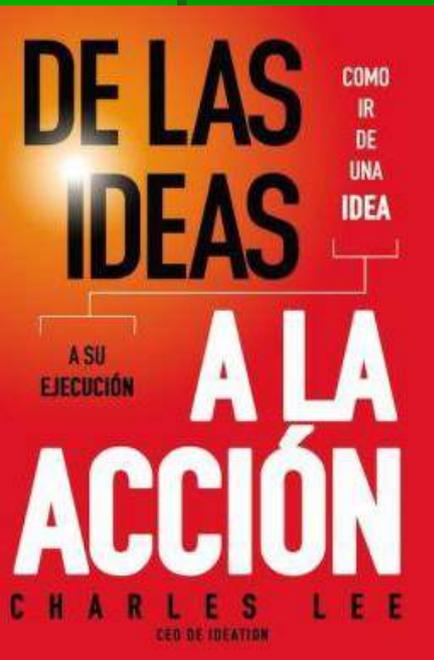
## VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

¿Cuáles deben ser los talentos de un líder de alto desempeño?

<http://www.youtube.com/watch?v=11LE7CSK-8o>



# LA EJECUCIÓN DE LAS IDEAS



# LA EJECUCIÓN DE LAS IDEAS

**Ejecución**, es una palabra muy habitual en el lenguaje empresarial actual y se considera que es uno de los **conceptos clave del éxito**. Todo ejecutivo necesita saber los factores básicos, que determinan **por qué un individuo “ejecuta” mejor una idea que otro**.



# LA EJECUCIÓN DE LAS IDEAS

Una idea no siempre se puede ejecutar directamente ya que puede verse afectada por factores inesperados que obliguen a reajustar los planes sobre la marcha. Esta es la razón por la cual, **muchas plantillas, modelos o las mejores prácticas de gestión que creemos correctos resultan inadecuadas.**

**En la base de la capacidad de ejecución está la aptitud para encontrar qué ajustes precisan los planes**



Menkes (2011)

# LA EJECUCIÓN DE LAS IDEAS

En su obra *Ejecución: la disciplina de hacer las cosas*, Larry Bossidy y Ram Charan afirman que **“la ejecución es la principal responsabilidad de un líder empresarial y una ejecución efectiva requiere un compromiso total con la sustancia, e incluso los detalles, de una gestión”**.



# LA EJECUCIÓN DE LAS IDEAS Y EL DIÁLOGO ABIERTO (Ejemplo)

**Norm Wesley**, presidente y director general de la Fortune Brands, consiguió **desarrollar una cultura corporativa basada en la INTELIGENCIA EJECUTIVA**. La compañía, dedicada a la fabricación de bebidas alcohólicas, pelotas de golf, grifos, etc., superó con creces los resultados de sus competidoras durante el mandato de Wesley gracias a su **énfasis en el diálogo abierto con jefes subordinados y empleados**.

**El diálogo permite a las partes interesadas alcanzar la verdad y descubrir qué ocurre realmente en una organización**



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

EL GRAN TEST



pacajbroch@hotmail.com



SPL



¿Se puede medir la inteligencia?

VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

La inteligencia humana ¿qué es? ¿se puede medir? Parte 1

[http://www.youtube.com/watch?v=0bKD\\_TnH7Gw](http://www.youtube.com/watch?v=0bKD_TnH7Gw)

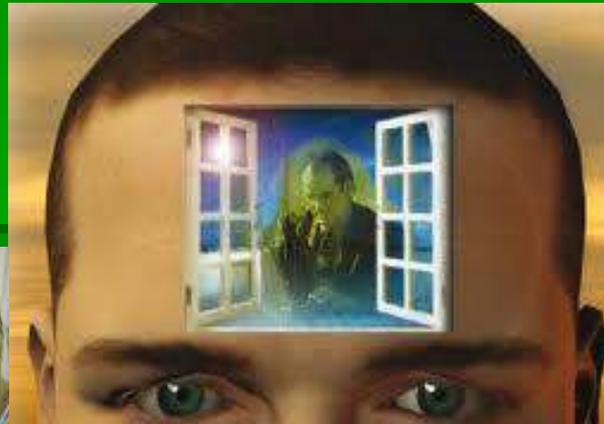


¿Se puede medir la inteligencia?

VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

La inteligencia humana ¿qué es? ¿se puede medir? Parte 2

<http://www.youtube.com/watch?v=1CHjpuLcDF>



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

Para reconocer el valor de la inteligencia ejecutiva se necesitan herramientas fiables de evaluación y comparación de quienes son candidatos a líderes.

**La manera más eficaz de medir la inteligencia ejecutiva consiste en hacerlo en forma de conversaciones, valiéndose de preguntas que calibren las aptitudes cognitivas clave para un trabajo ejecutivo**

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

Se utilizan escenarios de trabajo reales en los cuales **el entrevistador formula preguntas**

**El candidato** debe analizar la situación, extraer una conclusión y justificar su razonamiento

## Cómo medir la Inteligencia Ejecutiva

**El candidato** debe resolver los problemas que se le presentan en la conversación

El entrevistador no sólo debe registrar las conclusiones finales del candidato, sino que está obligado a **examinar a fondo su proceso de toma de decisiones**

# EL GRAN TEST



pacojbroch@hotmail.com

## VEAMOS ALGUNOS EJEMPLOS



SPL



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 1)

### Pregunta del entrevistador:

Es usted el director general de una compañía de software.

- Los precios de sus productos se han visto drásticamente reducidos por la competencia nacional e internacional.
- Es urgente reducir costos mediante el outsourcing.
- Su director de finanzas ha recibido unas cuantas ofertas de algunas empresas y le ha presentado la correspondiente propuesta.

**¿Qué necesitaría usted saber antes de contestarle?**

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 1)

**Respuesta del candidato:** Las subcontratas siempre exigen demasiado dinero por adelantado para garantizar los pagos y contratar personal adicional. **Necesito saber si es algo que podemos permitirnos.**

**Pregunta:** ¿Qué quiere decir “permitirnos”?

**Respuesta:** La solución de las subcontratas es tentadora, pero sería una pérdida de tiempo si mi compañía no dispone del dinero para pagarles.

**Si la carga financiera de esta iniciativa es tan alta que paralizaría la ejecución de nuestras prioridades adicionales, tales como la publicidad o las ventas, no tiene sentido llevarla a cabo.**

**¿Qué se aprecia en este ejemplo?**

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 1)

La escasa aptitud del candidato para analizar los supuestos implícitos del problema, al no preguntarse:

¿El outsourcing del proceso de programación puede reducir significativamente el gasto general?

**Al centrarse de inmediato en las limitaciones del presupuesto, el candidato obvia que el outsourcing puede ser la solución más probable, para las dificultades de costos de su compañía, que es el problema a resolver.**

**¿Qué respondería un segundo candidato?**

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 1)

Lo primero que quiero saber es por qué mi director de finanzas ha llegado a la conclusión de que necesitamos el outsourcing en primer lugar.

Puede que tenga razón, pero nuestro verdadero problema es la reducción del gasto general, no sólo del gasto laboral.

**En función de esto alego las siguientes conclusiones**



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 1)

- Aunque nuestros programadores son muy costosos, reemplazarlos por programadores externos no necesariamente reduciría ese costo.
- Las subcontratas podrían exigir demasiado dinero para su formación y familiarización con nuestros productos, mercado y necesidades del cliente. Incluso podríamos llegar a ser demasiado dependientes de ellos en lo que respecta al desarrollo de productos, el mantenimiento y el servicio al cliente.

**Es preciso saber:**

**¿De qué manera todos estos costos adicionales afectarían al ahorro resultante del outsourcing?**

Menkes (2011)

EL GRAN TEST



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 1)

### La conclusión:

Al querer confirmar el supuesto principal de la propuesta del director de finanzas (el outsourcing es igual a una producción más barata), este candidato demuestra una de las aptitudes esenciales de la inteligencia ejecutiva:

**Valorar lo que ya se sabe de un asunto y plantearse qué más hay que conocer sobre él para decidir correctamente**



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 2)

El **segundo ámbito** donde un aspirante a líder debe demostrar su inteligencia ejecutiva es el del **trabajo con los demás**.

**Pregunta:**

Es usted el director de marketing y ventas de la compañía Rinaldi Manufacturers. No acaba de cumplir ni un año en la empresa y una de las ejecutivas financieras superiores, **Amanda**, quiere comentarle su preocupación por la manera en que su superior inmediato, **Rick**, gestiona la relación con una de las empresas clientes.

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 2)

**Rick**, es el vicepresidente senior y, como tal, responsable directamente ante usted. Según establece la cultura corporativa de Rinaldi, los empleados deben respetar rigurosamente la cadena de mando y exponer sus preocupaciones, en primer lugar, ante sus superiores inmediatos. Usted sabe que **Amanda** no ha tratado el asunto con **Rick**.

¿Cómo piensa actuar?

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 2)

### Respuesta:

Hablaría directamente con Rick para hacerle saber que Amanda tiene algunas preocupaciones que le gustaría comentar con él.

**También le preguntaría:** qué es lo que está sucediendo entre él y Amanda y si quiere que yo me implique más en el asunto.

### Pregunta el entrevistador:

**¿Por qué actuaría de ese modo?**



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 2)

**Respuesta:** Se trata de una situación que deben resolver ellos dos. Como vicepresidente senior, **Rick** debe encontrar la manera de solucionar estos temas con su propio equipo. Además, yo debo poder confiar en que mi propio personal es capaz de solventar esta clase de problemas entre ellos mismos.

¿Dónde falla la respuesta de este candidato?



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 2)

La respuesta de este candidato muestra que carece de una de las aptitudes básicas de la inteligencia ejecutiva:

**Anticiparse a las probables reacciones emocionales de las partes interesadas.**



Al transmitirle a **Rick** los comentarios de **Amanda**, este candidato se estaría arriesgando a intensificar un hipotético conflicto entre ellos. Además, de exponer a **Amanda** a las posibles reacciones negativas de **Rick**, sin habérselo advertido previamente, lo cual induciría a **Amanda** a desconfiar de este candidato a líder.

Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 2)

Otro candidato con una inteligencia ejecutiva superior hubiera respondido:

Aunque sé que la actitud de **Amanda** supone una violación del protocolo, sí me reuniría con ella para escuchar sus preocupaciones.

**Pregunta:** ¿Por qué se reuniría con ella?

**Respuesta:** Es probable que **Amanda** conozca el protocolo de la compañía en lo que respecta a la cadena de mando. Si a pesar de ello decide saltárselo, puede que tenga un motivo de peso que requiera de mi intervención. Además, el hecho de que la situación concierna a uno de nuestros clientes añade una urgencia extra al asunto.

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 2)

**Y continua diciendo:**

En cualquier caso, dado que soy bastante nuevo en esta compañía y todavía existen muchas cuestiones que desconozco, la entrevista con **Amanda** me daría la oportunidad de ahondar en esas cuestiones.

Este segundo candidato reconoce la existencia de unos límites en lo que podrá o no concluir de la petición de **Amanda** para entrevistarse con él. Es consciente de que no dispone de suficiente información para saber qué sucede con el cliente de Rinaldi, ni tampoco para entender por qué **Amanda** decidió ignorar la cadena de mando. Pero

**Las respuestas de estos dos candidatos  
no son las únicas posibles**

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 2)

Otros podrían haber manifestado que se reunirían con las dos partes interesadas para aclarar la situación.

**En el proceso de medición de la inteligencia ejecutiva, un candidato debe ser juzgado en función de las probabilidades de que sus respuestas sirvan para llegar a una solución sensata**

Menkes (2011)



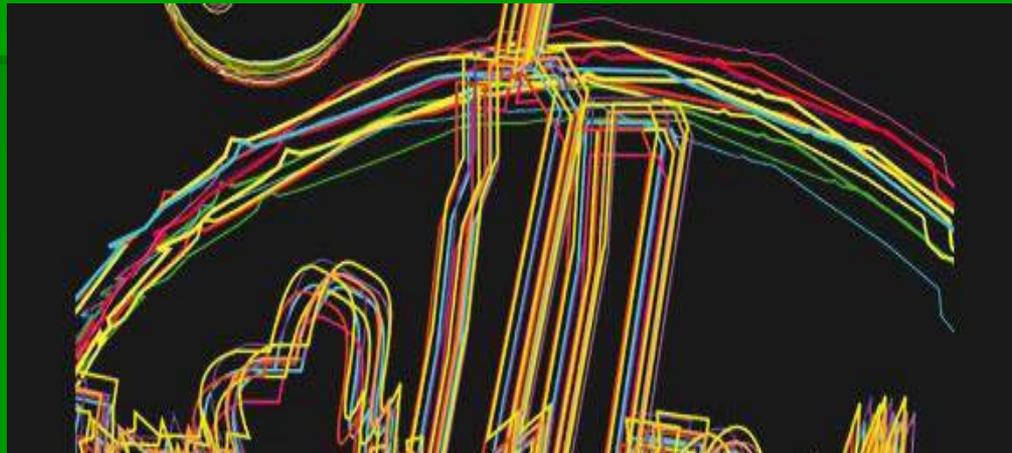
# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 3)

El **tercer ámbito** donde un aspirante a líder debe demostrar su inteligencia ejecutiva es en la **aptitud para autoevaluarse y rectificar sus ideas y actuaciones.**

**Veamos el siguiente ejemplo:**

**George**, está inmerso en un proceso de promoción que le pondría al mando de las operaciones de envío de las Camden Industries. Su principal competidor es su compañero **Mark**.



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 3)

En la reunión semanal del departamento **George**, expone su iniciativa de enviar una encuesta a los consumidores, que recoja su grado de aceptación en cuanto anticiparse a los cambios en el mercado.

Al terminar, inesperadamente **Mark** expresa sus dudas que la respuesta de los consumidores, vaya a ser lo suficientemente significativa como para basar en ella la estrategia del cambio.

¿Qué cree usted que haría ante esta situación George?

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 3)

**George**, ante el entrevistador expreso lo siguiente:

Le contestaría a **Mark**, que gustaría saber en qué datos basa él sus afirmaciones. **Además le diría: sería mejor intentar determinar los hechos antes de estar en desacuerdo con mi propuesta.**

**Pregunta:**

**¿Por qué le respondería de esa manera?**

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## Respuesta:

Es probable que todos sepan que **Mark** es agresivo y que quiere perjudicarme. Además, su crítica es tan sólo una suposición.

¿Qué se aprecia en la respuesta de George?



Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

(Ejemplo 3)

**George**, al descartar el argumento de **Mark** como una mera “suposición”, no toma distancia crítica con sus propios prejuicios o con las limitaciones de su perspectiva personal, que puede ser igualmente errónea en lo que respecta a la reacción de los consumidores. Aunque la forma en que **Mark** modula su crítica es agresiva, este hecho no la invalida.

**George**, ha permitido que las maneras de **Mark** le distraigan del valor de su crítica: responde de manera improductiva y a la defensiva, lo cual le impide utilizar la sustancia de la crítica para mejorar su propio plan de acción.

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

Un segundo candidato responde a la misma pregunta:

Le daría la razón a **Mark**, que la respuesta de los consumidores a la iniciativa puede ser demasiado insignificante, como para considerarla una fuente fiable de información. Propondría entonces intentar llamar por teléfono a todos aquellos consumidores que no envíen su respuesta de forma escrita.

¿Qué se aprecia de esta respuesta?

Menkes (2011)



# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## (Ejemplo 3)

Este **segundo candidato** reconoce la utilidad de los comentarios de **Mark** y muestra la aptitud de la inteligencia ejecutiva, que reconoce defectos en el curso de su propio pensamiento. Además, enseguida muestra intención de variar su primera propuesta sugiriendo la posibilidad de las llamadas telefónicas.

¿Qué experiencias se pueden sacar de las respuestas de Mark y del segundo candidato?

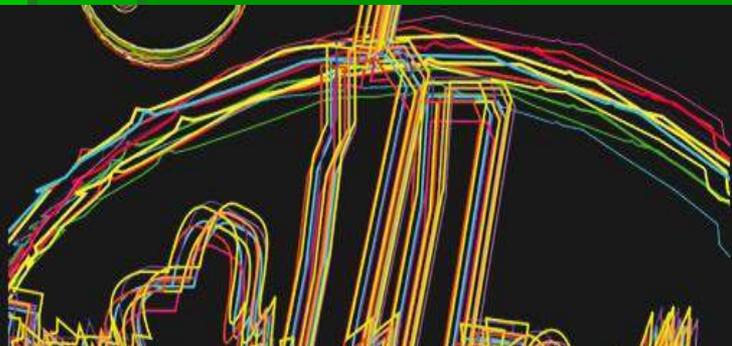


Menkes (2011)

# CÓMO MEDIR LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

Muchos ejecutivos reaccionan de manera defensiva a las críticas que reciben. Otros, en cambio, las reciben con excesiva facilidad. Sólo los mejores demuestran su talento tanto para buscar y utilizar información o críticas útiles, para mejorar su propio pensamiento o comportamiento, como para defender sus propias opiniones cuando están convencidos de que son las acertadas.

Menkes (2011)



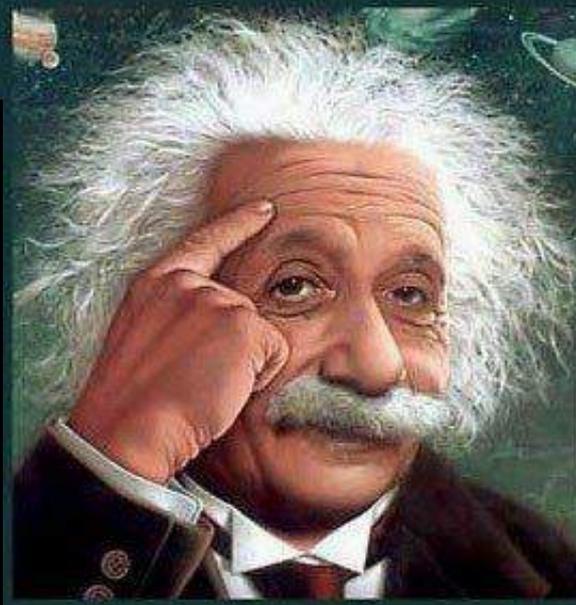
# EL VALOR DE LA INTELIGENCIA EJECUTIVA



## Exámenes

unos ponen a prueba su conocimiento, otros su astucia

Desmotivaciones.com



Yo no quería enamorarme pero ...  
No contaba con tu astucia!

DESMOTIVAR.COM



# EL VALOR DE LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## Algunos Tips

Uno de los descubrimientos más valiosos de la ciencia de la gestión de empresas ha sido, que las aptitudes cognitivas o la inteligencia ejercen un enorme impacto sobre la capacidad de liderazgo de los ejecutivos.

**Por este motivo, es crucial conceder a la inteligencia ejecutiva el lugar que le pertenece en el ámbito empresarial moderno y beneficiarse de su valor**



Menkes (2011)



Exámenes

unos ponen a prueba su conocimiento, otros su astucia

# EL VALOR DE LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## Algunos tips

Al igual que los empresarios, los teóricos de la gestión empresarial también han de diseñar unos productos nuevos y atractivos para sus clientes. Sin embargo, al no diferenciar entre el **conocimiento** (reproducción verbal más o menos exacta de lo aprendido) y la **inteligencia** (capacidad mental de un individuo para resolver un problema), y dedicar toda su energía a la medición y evaluación del conocimiento, estos estudiosos han perdido de vista que:

**Conocimiento o pericia valen poco sin la compañía de la inteligencia**

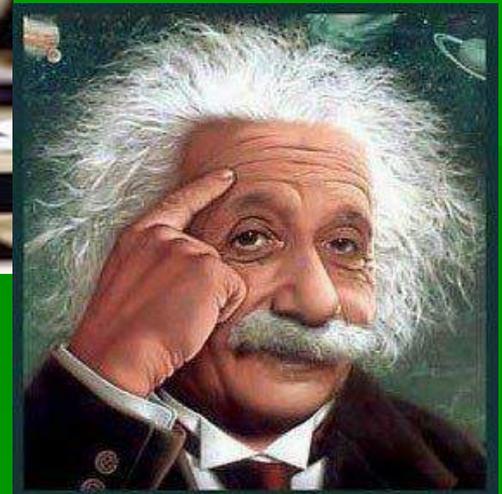
**No se trata de subvalorar el conocimiento, sino de empezar a valorar la inteligencia**

# EL VALOR DE LA INTELIGENCIA EJECUTIVA

## Algunos Tips

La existencia de la inteligencia ejecutiva y de sus métodos de evaluación garantiza que las personas que ocupan puestos de responsabilidad en las organizaciones estén capacitadas para una toma de decisiones sólida y bien fundamentada.

Menkes (2011)



# NOS ACERCAMOS AL FINAL

Veamos el siguiente video

**Tips para ser más eficiente en el trabajo**

<http://www.youtube.com/watch?v=sgDZZ3s56B4>

Y este otro video

**10 claves para la eficiencia organizacional**

[http://www.youtube.com/watch?v=Ne7eG\\_rIWfA](http://www.youtube.com/watch?v=Ne7eG_rIWfA)

Y el video final

**El poder de la mente**

<http://www.youtube.com/watch?v=wPzLKN8rcdk>



## PARA FINALIZAR

La inteligencia ejecutiva no es únicamente una herramienta para evaluar ejecutivos. Las aptitudes que la componen resultan decisivas para el éxito de cualquier empresa u organización, de ahí que:

Su implantación en todos los niveles debe ser objeto de un esfuerzo continuo y coordinado de contratación, promoción y formación.



Hasta aquí  
Inteligencia Ejecutiva  
Empresarial  
PERO  
Todavía no nos vamos

# NADA MEJOR PARA FINALIZAR QUE

El **Concierto en Caracas** de ese **INNOLVIDABLE MAESTRO** de la canción Latinoamericana y Caribeña. Hermano puertorriqueño y amigo de Venezuela **CHEO FELICIANO**

Video 11

<http://www.youtube.com/watch?v=v6MFoMAkHsA>

Video 12

**Cheo Feliciano y La Rondalla Venezolana. El eterno enamorado**

<http://www.youtube.com/watch?v=D5110tSjICA>



Yo no quería enamorarme pero ...  
No contaba con tu astucia!

DESMOTIVAR.COM



# BIBLIOGRAFÍA

Gardner, H. (2000). *Estructuras de la Mente*. México D.F.: Fondo de Cultura Económica.

Gardner, H. (2005). *Múltiples lentes sobre la mente*. Trabajo presentado en la Conferencia de Expo Gestión. Bogotá. Colombia.

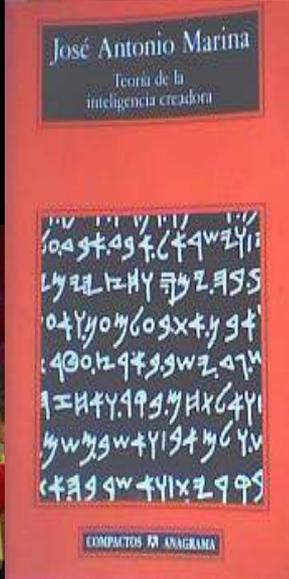
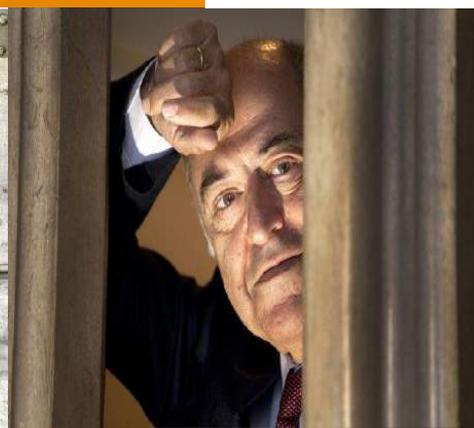
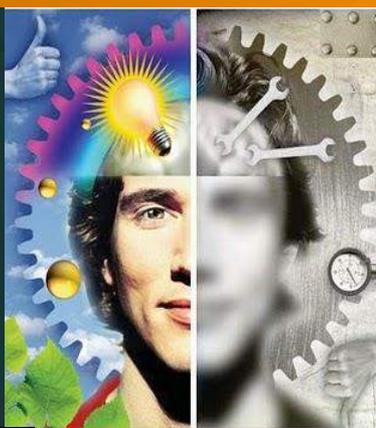
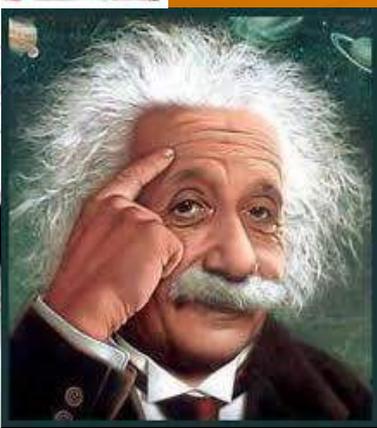
Marina, J. A. (2007). *Teoría de la inteligencia creadora*. Barcelona: ANAGRAMA

Marina, J. A. (2012). *La inteligencia ejecutiva*. Barcelona: Planeta S.A.

Marina, J. A. y Marina, E. (2013). *El aprendizaje de la creatividad*. Barcelona: Ariel.

Menkes, J. (2011). *Better Under Pressure: How Great Leaders Bring Out the Best in Themselves and Others*. EE.UU.: Harvard Business Review Press.

# INTELIGENCIA CREATIVA



**Dr. Sergio Teijero Páez**  
**Profesor e Investigador Asociado**  
**Universidad Central de Venezuela**

# PRIMERO LO PRIMERO.

## DOS GRANDES DE LA INTELIGENCIA CREATIVA



**José Antonio Marina.** Catedrático de filosofía en el Instituto Madrileño de La Cabrera, Doctor Honoris Causa por la Universidad Politécnica de Valencia. Conferencista y floricultor. Estudió filosofía en la Universidad Computense de Madrid. Su labor investigadora se ha centrado en el estudio de la inteligencia y en especial de los mecanismos de la creatividad artística, científica, tecnológica y económica. Sus últimos libros tratan de la inteligencia de las organizaciones y de las estructuras políticas.



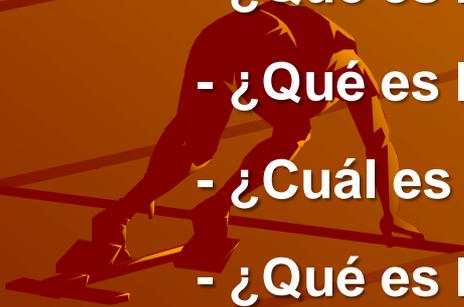
**Tony Buzan.** Escritor y consultor educativo. Ha trabajado con entidades corporativas y jurídicas de todo el mundo, así como con atletas, niños, gobiernos e individuos con alto perfil. Ha escrito libros como; usted es más inteligente que lo que cree, la inteligencia del líder, cómo utilizar su mente con máximo rendimiento, tu mente en forma, el poder de la inteligencia creativa, el poder de la inteligencia verbal y el libro de los mapas mentales. Es el creador de los Mapas Mentales.

# INTELIGENCIA CREATIVA

## CONTENIDO

### Tema 1. A manera introducción y de activación de los conocimientos previos

- Creatividad
- ¿Qué es la inteligencia?
- ¿Cuáles son las inteligencias múltiples?
- ¿Qué es la inteligencia emocional?
- ¿Qué es la inteligencia social?
- ¿Cuál es la novena inteligencia según Howard Gardner?
- ¿Qué es la inteligencia ejecutiva?
- ¿Qué es la inteligencia computacional?
- Modelo de inteligencia en dos niveles



## **Tema 2. Inteligencia creativa**

- Hasta qué punto te consideras creativo
- Personalidad creativa
- ¿Qué es la inteligencia creativa ? Comienza un hermoso viaje creativo
- Factores que componen la inteligencia creativa
- Ejercita tu mente y despierta tu genio creativo
- Ejercicio 1 de creatividad

## **Tema 3. Mapas mentales**

- Utiliza mapas mentales. Mapa mental DIVERSIÓN
- Mapas mentales creativos
- Ejercicio 2 de creatividad

## **Tema 4. Optimismo inteligente, Productividad, Creatividad y Originalidad**

- Productividad creativa
- Ejercicio 3 de creatividad
- Flexibilidad y originalidad creativa
- Ejercicio 4 de creatividad

## **Tema 5. Tesis fundamentales sobre inteligencia creativa**

- La inteligencia humana como inteligencia animal transfigurada por la libertad
- La inteligencia creativa se logra haciendo proyectos
- ¿Cómo elaborar un proyecto creativo en 7 pasos?
- 10 consejos para potenciar el ingenio. Jonah Lehrer



## A MODO DE INTRODUCCIÓN

“Mientras que la angustia es la conciencia de la imposibilidad, la experiencia creadora es la conciencia de la posibilidad. En eso se parece a la alegría, que es amplitud, distensión, explosión. (...) **lo que concede valor a la creatividad es el valor del proyecto que se va a resolver creativamente.**”

José Antonio Marina



“Mañana se dirá: innovo, luego existo.”

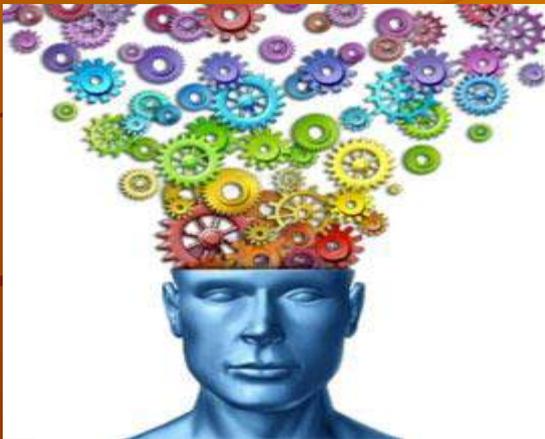
John Seely Brown

“Crear es un hábito, pero con frecuencia en la escuela se considera un mal hábito.”

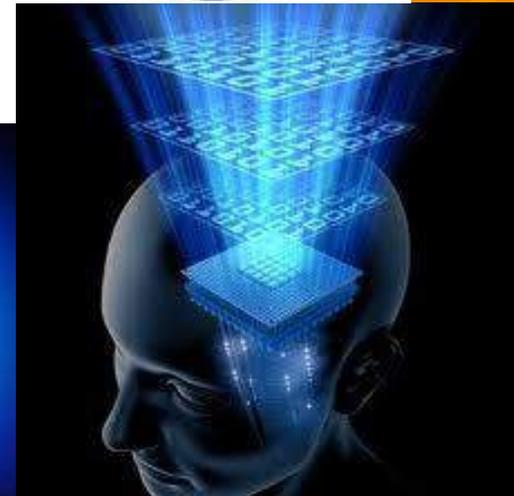
Robert Sternberg



**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO**  
**Habilidades del siglo XXI - Creatividad**  
<http://www.youtube.com/watch?v=I0IFoounJuc>



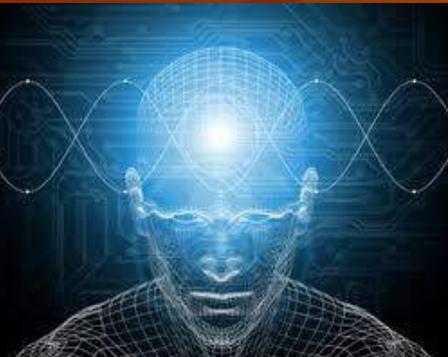
**IC** | **INTELIGENCIA**  
*creativa*  
BTL



## A MODO DE INTRODUCCIÓN

**Creatividad**, es la capacidad para ir más allá de lo dado y engendrar ideas nuevas e interesantes. Sirve de puente de unión entre la capacidad analítica y la capacidad práctica. Necesita el análisis para evaluar sus creaciones. Es imprescindible para evitar que la inteligencia práctica se convierta en una repetición de rutinas.

"La **creatividad** es, de alguna manera, una actitud ante la vida, fruto de una decisión. La persona creativa es alguien que asume riesgos, no tiene miedo a equivocarse. Y, sobre todo, es capaz de aprender de sus errores."

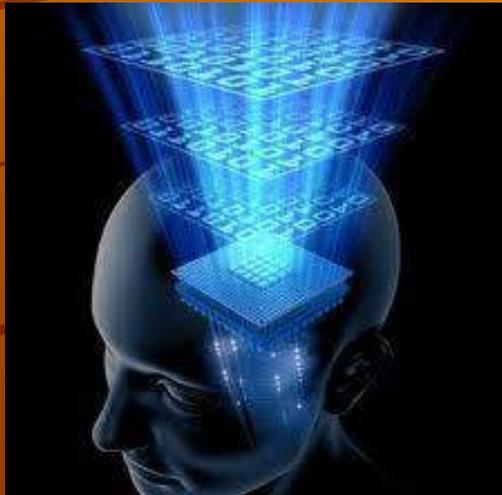


Robert Sternberg

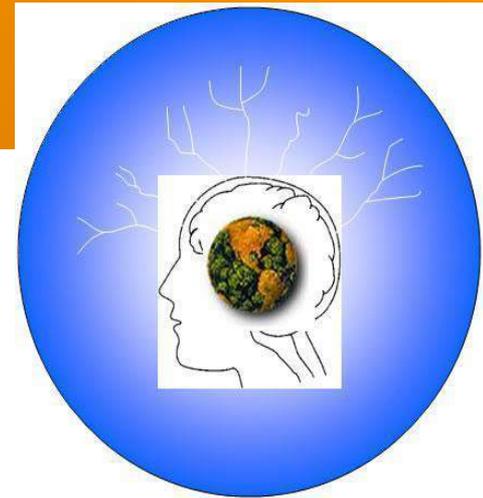
# VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO

Los 7 pasos para ser creativo

<http://www.youtube.com/watch?v=5eazKTQHCLc>



**IC** | INTELIGENCIA  
*creativa*  
BTL



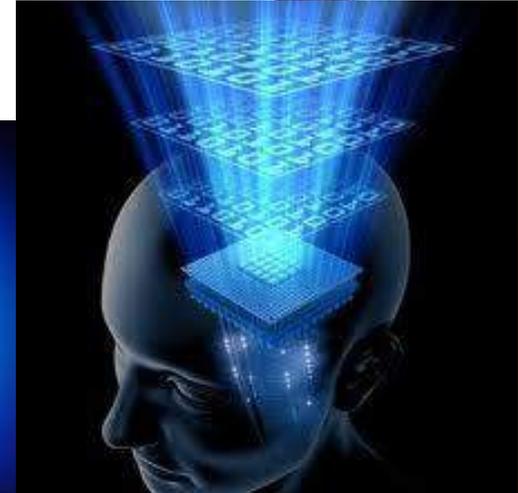
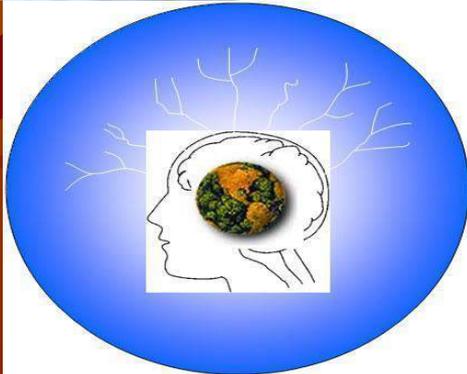
**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO**

**Los enemigos de nuestra Creatividad**

**[http://www.youtube.com/watch?v=IXdj\\_0Xphyw](http://www.youtube.com/watch?v=IXdj_0Xphyw)**

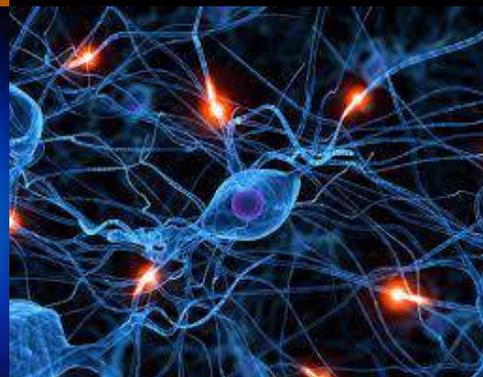
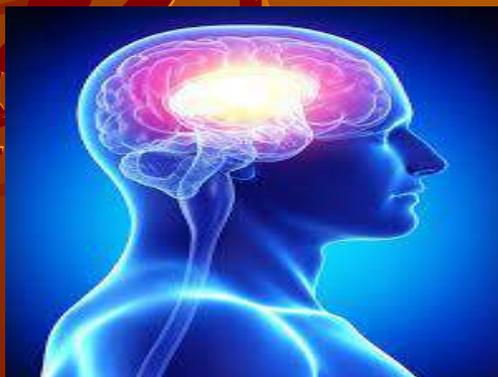
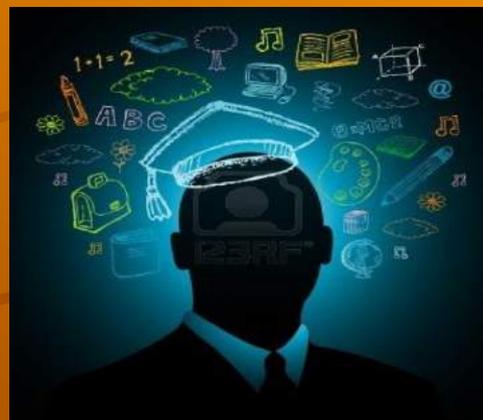
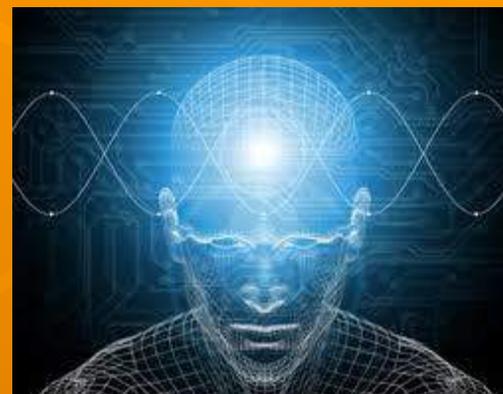


**IC** | **INTELIGENCIA**  
*creativa*  
BTL



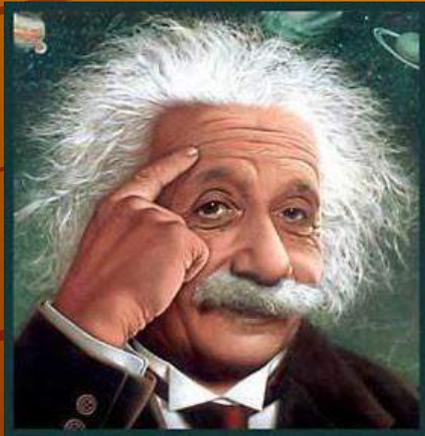
Antes de continuar, hagamos un viaje por la inteligencia y sus múltiples manifestaciones

**¿QUÉ ES INTELIGENCIA?**



Capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla en resolver problemas

Facilidad para aprender, aprehender o comprender, es percepción, intelecto e intelectualidad



## INTELIGENCIA



Es capacidad para resolver situaciones problemáticas

Es calidad o capacidad de comprender y adaptarse fácilmente



Gardner (2000) y Riveiro (2003)

# QUÉ OPINA JOSÉ ANTONIO MARINA SOBRE LA INTELIGENCIA



*“ La función de la **INTELIGENCIA** no es conocer, ni resolver ecuaciones diferenciales, ni jugar al ajedrez, sino dirigir el comportamiento para resolver bien nuestros problemas vitales, afectivos o profesionales; para saber elegir nuestras metas y poder realizarlas.”*

Marina (2009)

**INTELIGENCIA**, es la capacidad de dirigir bien el comportamiento, eligiendo metas, aprovechando la información y regulando las emociones

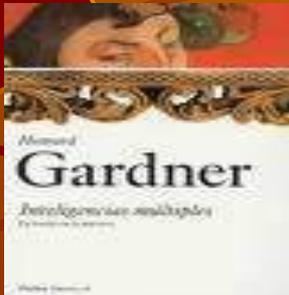
Marina (2012)



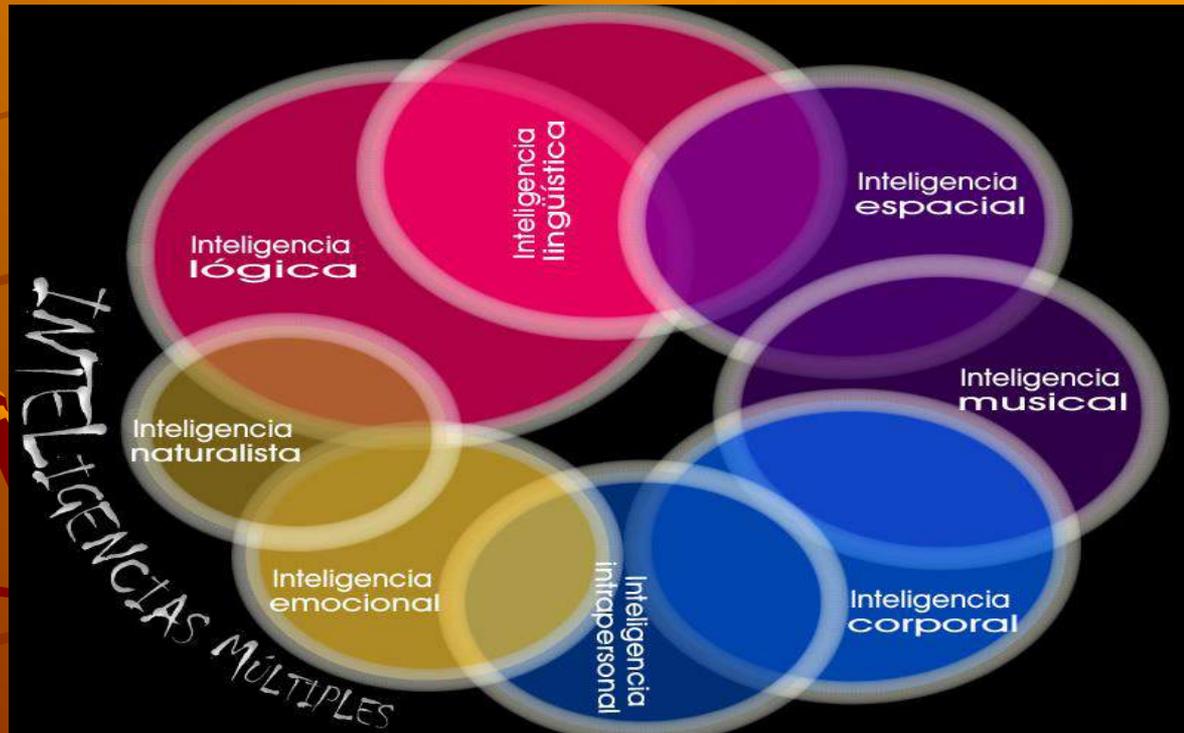
# LAS INTELIGENCIAS DEL SER HUMANO

El concepto de inteligencia como medida singular de competencia debe desaparecer. Los seres humanos tienen una gama de competencias, denominadas inteligencias, que existen en diferentes proporciones en distintas personas.

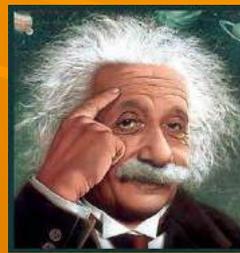
Gardner (2000)



# ¿CUÁLES SON ESAS INTELIGENCIAS?



**Visual espacial**



**Lógico matemática**

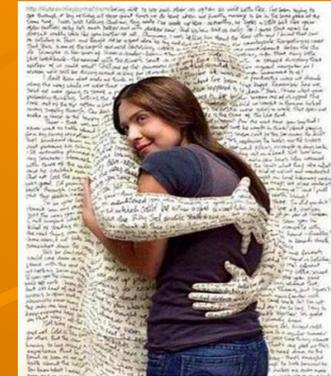
**Musical**



**Naturista**



**Verbal lingüística**



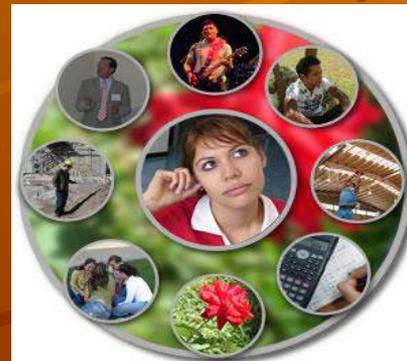
**INTELIGENCIAS  
MÚLTIPLES**

**Interpersonal**



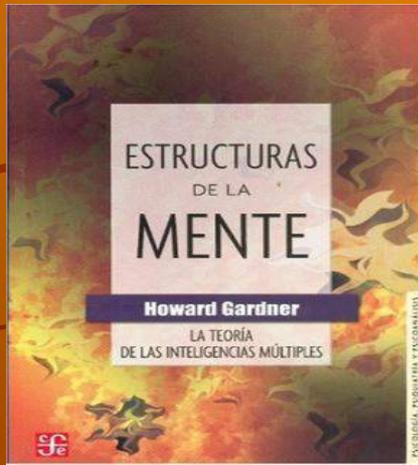
**Intrapersonal**

**Corporal cinestésica**



**Gardner (2000)**

# ¿CUÁL ES LA NOVENA INTELIGENCIA QUE DEFINE HOWARD GARDNER?



La **inteligencia de las grandes preguntas**. “Cuando los niños preguntan el tamaño del universo, cuando los adultos meditan sobre la muerte, el amor, el conflicto, el futuro del planeta, se están ocupando de cuestiones existenciales”. Sin embargo, “(...) mi duda en declararla como una inteligencia totalmente estructurada surge de mi incertidumbre sobre si ciertas regiones del cerebro están dedicadas a la contemplación de cuestiones que son muy vastas o demasiados infinitesimales para definir las”.

Gardner (2005)

# MARINA NOS CONDUCE POR EL CAMINO DE DOS NUEVAS INTELIGENCIAS



La **INTELIGENCIA EJECUTIVA**, es la que organiza a todas las demás inteligencias y tiene como objetivo **DIRIGIR BIEN LA ACCIÓN**, aprovechando nuestros conocimientos y emociones. Son aquellas operaciones mentales que permiten elegir objetivos, elaborar proyectos y organizar la acción para realizarlos.

Marina (2012)



La **INTELIGENCIA CREATIVA**, trata de resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza.

Marina (2007; 2013)

# MARINA TAMBIÉN NOS HABLA DE LA INTELIGENCIA COMPUTACIONAL O GENERADORA



**La inteligencia computacional o generadora** nos indica que el cerebro funciona como una gran computadora, haciendo operaciones sin que lo sepamos. “(...) Es un conjunto de procedimientos preestablecidos y preprogramados que se realizan con un mínimo control consciente e incluso de conocimientos”.

Marina (2012)

## Un ejemplo:

Cuando un jugador de béisbol corre para atrapar la pelota. ¿Cómo calcula la trayectoria, la velocidad y cómo ajusta la velocidad de su carrera para atraparla? Simplemente, su cerebro la calcula con gran eficacia de manera no consciente.

José Antonio  
Marina  
La inteligencia  
ejecutiva

Biblioteca  
up



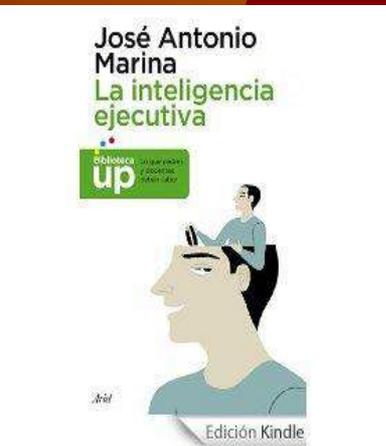
Edición Kindle

# UN MODELO DE INTELIGENCIA ESTRUCTURADO EN DOS NIVELES



“(...) Siguiendo los descubrimientos de la neurociencia, la experiencia proporcionada por las investigaciones sobre inteligencia artificial y la observación psicológica, creo que hay que admitir que existe un modelo de inteligencia estructurado en dos niveles”.

Marina (2012)



Un **nivel computacional** generador de ideas, sentimientos, deseos, imaginaciones e impulsos y un **nivel ejecutivo** que intenta controlar, dirigir, corregir, iniciar y apagar todas esas operaciones mentales, con mayor o menor éxito.

Marina (2012)

# ¿QUÉ ES INTELIGENCIA CREATIVA?

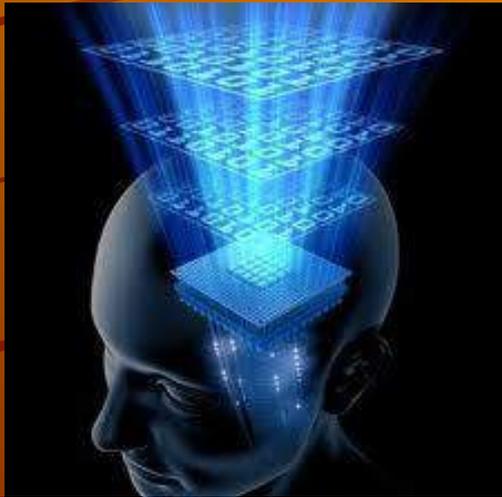
Comienza un hermoso viaje creativo



VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

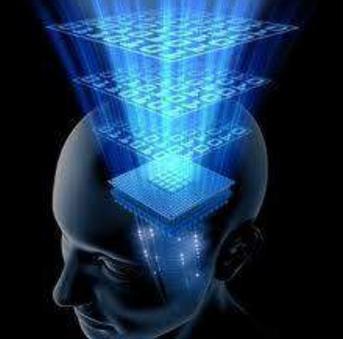
Inteligencia creativa

[http://www.youtube.com/watch?v=zDMwf\\_0Qcuo](http://www.youtube.com/watch?v=zDMwf_0Qcuo)



IC | INTELIGENCIA  
*creativa*  
BTL





## INTELIGENCIA CREATIVA

La **INTELIGENCIA CREATIVA** trata de resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza.



“(...) lo que investiguemos respecto de una actividad creadora, lo podemos transferir a otra actividad creadora.”

Marina (2007; 2013)



# INTELIGENCIA CREATIVA

La **INTELIGENCIA CREATIVA** es la habilidad de tener ideas nuevas, de resolver problemas de manera original y de destacar por encima de la medida en lo que se refiera a imaginación, conducta y productividad



Buzán (2003)



# FACTORES QUE COMPONEN LA INTELIGENCIA CREATIVA

1. **Los hemisferios cerebrales.** Habilidad para utilizar simultáneamente los dos hemisferios. El **izquierdo** controla el lado derecho del cuerpo y es responsable de las actividades del pensamiento lógico, función del lenguaje verbal, etc. El **derecho** controla el lado izquierdo del cuerpo y permite ver las cosas que podrían ser imaginarias, que sólo existen en la imaginación, o recordamos cosas que pueden ser reales (imaginación, color, soñar despierto, etc.).
2. **Tomar apuntes y cartografía mental.** Hacer que tus pensamientos sean visibles al plasmarlos en un papel, demostrando tu **productividad creativa**.
3. **Fluidez.** Velocidad con que puedes expresar tus nuevas ideas.
4. **Flexibilidad.** Habilidad para producir diferentes ideas y cambiar de una visión a otras utilizando diversas estrategias.



# FACTORES QUE COMPONEN LA INTELIGENCIA CREATIVA

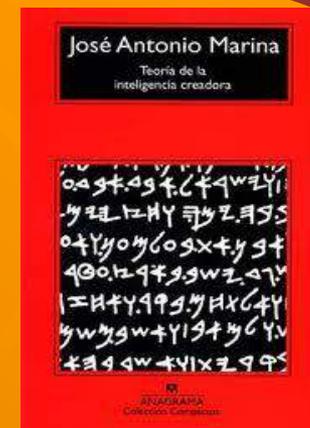
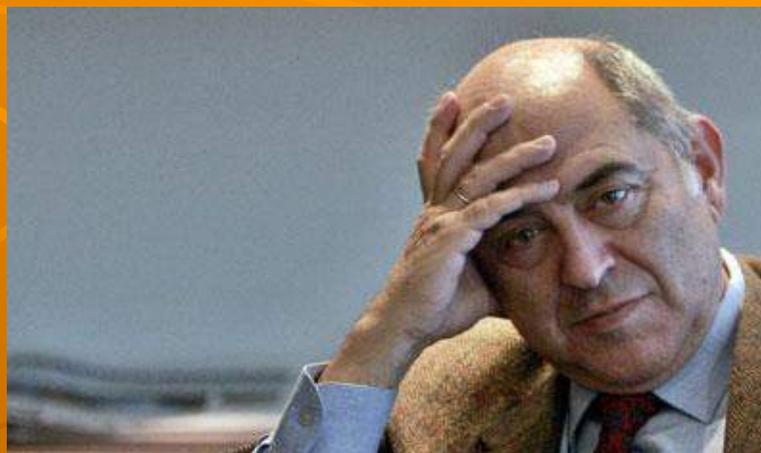
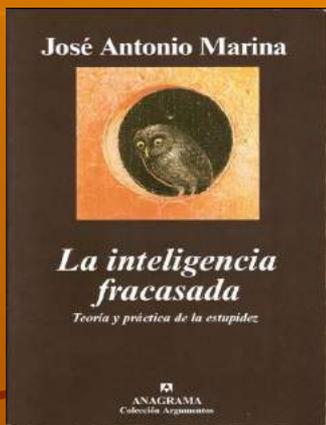
5. **Originalidad.** Habilidad para producir ideas únicamente nuestras, que son inusuales y únicas.
6. **Expandir ideas.** Tomar una idea central y utilizarla en múltiples direcciones, desarrollarla, expandirla, abordarla y elaborar el pensamiento original que motivó su origen.
7. **Asociaciones.** Habilidad para asociar ideas utilizando de manera creativa el cerebro humano, que se comporta como una máquina de asociación gigante.



Buzán (2003)

# HASTA QUE PUNTO TE CONSIDERAS UN SER CREATIVO

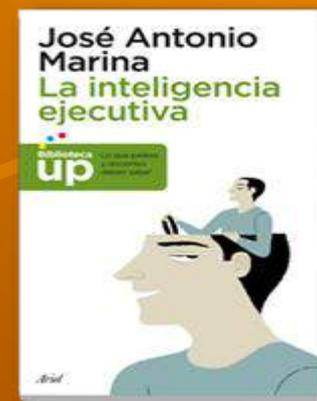
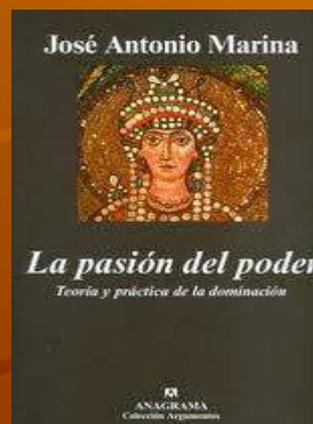
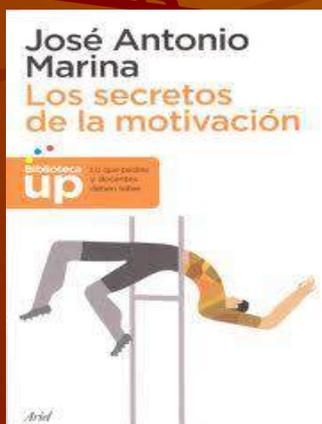




## Qué opina José Antonio Marina sobre el ser creativo

VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

<http://www.youtube.com/watch?v=-OOBTrDEar4>





## **HASTA QUÉ PUNTO TE CONSIDERAS CREATIVO**

**Reflexiona sobre las siguientes preguntas contestando SI/NO:**

- 1. ¿Sueñas despierto?**
- 2. ¿Planificas tus menús y cocinas para ti, tu familia o tus amigos?**
- 3. ¿Mezclas y combinas los colores, las telas y los complementos cuando compras ropa para crear tu estilo único y exclusivo?**
- 4. ¿Te gustan mucho los tipos de música diferente?**
- 5. ¿Recuerdas con gusto los momentos más destacados de tu vida, incluyendo los momentos especiales?**
- 6. ¿Hiciste muchas preguntas cuando eras pequeño?**
- 7. ¿Todavía haces muchas preguntas?**
- 8. ¿Te asombras de la complejidad o belleza de las cosas?**
- 9. ¿Has tenido fantasías sexuales?**

**Buzan (2003)**



## **HASTA QUÉ PUNTO TE CONSIDERAS CREATIVO (cont.)**

**Reflexiona sobre las siguientes preguntas contestando SI/NO:**

10. ¿Tienes periódicos, libros o revistas en tu casa que te has prometido leer pero aún no lo has hecho?
11. ¿Hay otras cosas que te has prometido hacer pero aún no las has hecho?
12. ¿Te conmueven los espectáculos memorables, musicales, deportivos, teatrales o artísticos?
13. ¿Dirías SÍ?, si tuvieras una varita mágica y de pronto:
  - Te convirtieras en un gran bailarín o bailarina
  - Se te concediera la voz de tu cantante favorito
  - Te convirtieras en un gran artista
  - Te convirtieras en un gran humorista cuentacuentos

**UNAS PREGUNTAS FINALES**



**HASTA QUÉ PUNTO TE  
CONSIDERAS CREATIVO**

**¿ESTAS VIVO?**

**¿TE SIENTES CON FUERZA PARA  
CONTINUAR ESTE VIAJE CREATIVO?**

**¿NO TIENES DUDA?**





# HASTA QUÉ PUNTO TE CONSIDERAS CREATIVO

SI HAS RESPONDIDO **SÍ** A LA MITAD DE  
ESTAS PREGUNTAS ENTONCES ERES  
POR DEFINICIÓN:

## UN SER CREATIVO

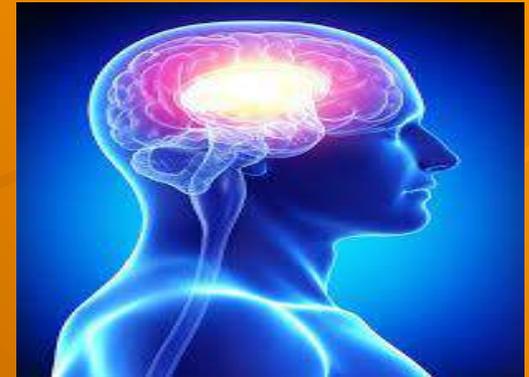
Buzan (2003)



# LA PERSONALIDAD CREATIVA

Una **persona creativa** es aquella que puede descomponer un problema de forma diferente a las mayoría de las personas y a la vez hacerlo utilizando respuestas novedosas. En las personalidades creativas existen algunos rasgos predominantes como son:

- Actividad frente a pasividad.
- Expresividad frente al mutismo.
- Invención frente a la repetición.
- Descubrimiento de nuevas posibilidades frente al síndrome de la impotencia adquirida.
- Apertura frente a la clausura.
- Independencia crítica frente a la sumisión intelectual.
- Autonomía frente a la dependencia.



## LA PERSONALIDAD CREATIVA (cont.)



“La **personalidad creativa** es una personalidad resuelta, en el doble sentido de la palabra maravillosa: soluciona los problemas y avanza con resolución. Integra recursos intelectuales, emocionales y ejecutivos. El estudio de la creatividad y de su aprendizaje comienza tratando la la génesis de una personalidad creadora. (...) La **personalidad creativa** tiene que desarrollar su capacidad inventiva, pero también su capacidad racional y crítica.”

Marina (2013)

# EJERCITA LA MENTE DESPIERTA TU GENIO CREATIVO



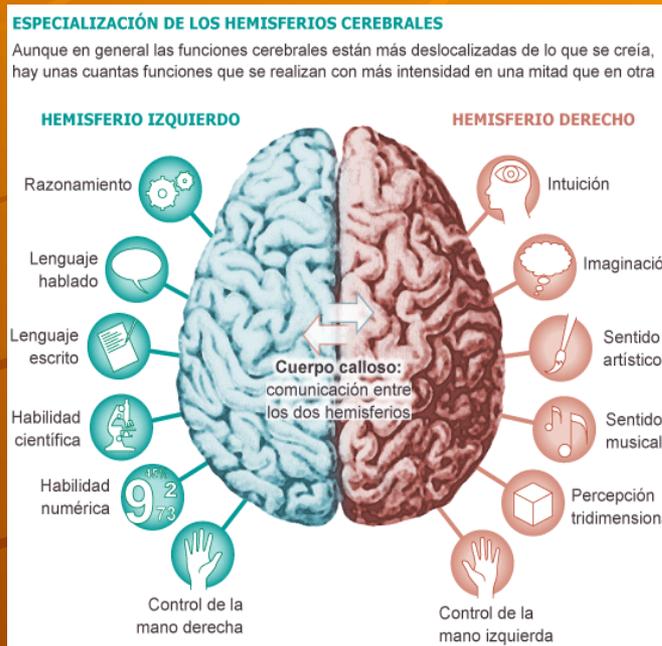
# UTILIZA TUS HEMISFERIOS

## Hemisferio Izquierdo

1. Palabra
2. Lógica
3. Números
4. Secuencia
5. Linealidad
6. Análisis
7. Listas

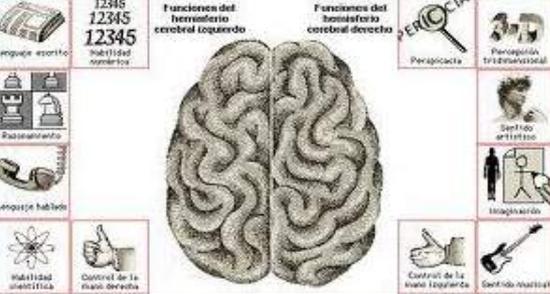
## Hemisferio Derecho

1. Ritmo
2. Conciencia espacial
3. Dimensión
4. Imaginación
5. Soñar despierto
6. Color
7. Conciencia holística



**Nota:** Estos son resultados de las investigaciones realizadas por el Profesor Sperry sobre el funcionamiento del cerebro

**Ahora veamos cómo funcionan tus hemisferios cerebrales**



# AUTOEXAMEN DE LOS HEMISFERIOS CEREBRALES

¿Podrías calcular con rapidez y exactitud el porcentaje de intereses sobre el capital que te queda, cuando colocas dinero a plazo fijo o el área de tu jardín en proporción al área total de tu casa?

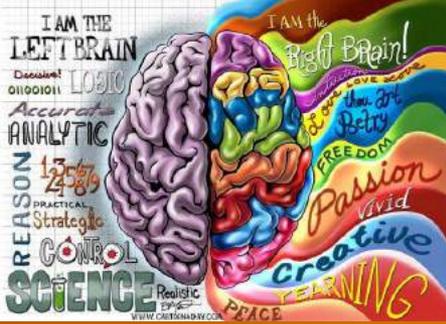
¿Podrías dibujar retratos que se parecieran a la persona retratada o pintar paisajes, dominar la dimensión y la perspectiva, comprender la historia del arte y hacer esculturas realistas y abstractas?

¿Podrías componer música y canciones, identificar compositores al escuchar, sólo algunas notas de una pieza musical, bailar siguiendo el ritmo y cantar de manera afinada?

**SÍ / NO**

Si no puedes no importa

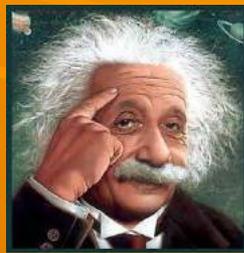
**NO TE DESANIMES, PERO PRIMERO RESPONDE**



## AUTOEXAMEN DE LOS HEMISFERIOS CEREBRALES (cont.)

¿Qué tipos de inteligencias no poseían estas personas relacionadas con los números, las bellas artes y la música?



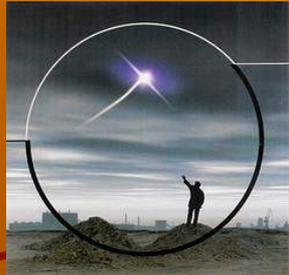


**Lógico matemática**

**Musical**



**Visual espacial**



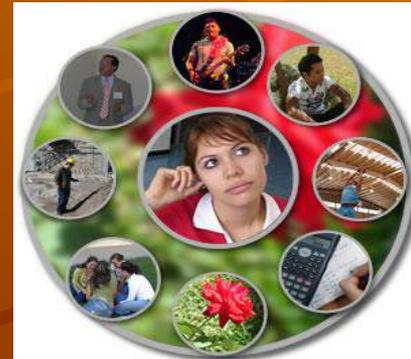
**Naturista**



**Interpersonal**



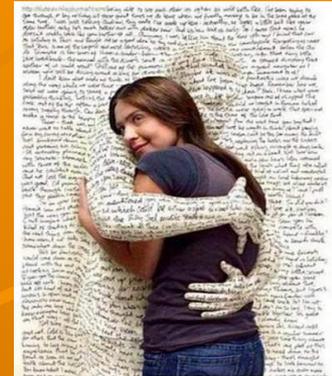
**Intrapersonal**



**Corporal cinestésica**

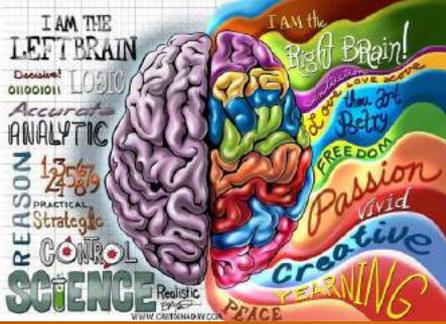


**Verbal lingüística**



**INTELIGENCIAS  
MÚLTIPLES**

**Gardner (2000)**

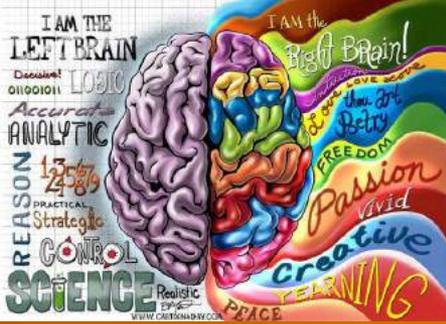


## AUTOEXAMEN DE LOS HEMISFERIOS CEREBRALES (cont.)

**Seguramente te gustará conocer que:**

El 90% de las personas encuestadas estaban seguras, que genéticamente eran incapaces de realizar algo en algunas de estas tres áreas, relacionadas con los números, las bellas artes y la música.

Buzan (2003)



## AUTOEXAMEN DE LOS HEMISFERIOS CEREBRALES (cont.)

Seguro te animará saber que todas estaban equivocadas.

Se procedió a entrenar a estas personas en estas áreas y se descubrió que mejoraban sus destrezas y que descubrían habilidades que no sabían que poseían.

¿Qué era lo que estaba sucediendo realmente?

Buzan (2003)

# AUTOEXAMEN DE LOS HEMISFERIOS CEREBRALES (cont.)

Los hemisferios izquierdo y derecho del cerebro conversaban entre ellos. El hemisferio izquierdo recibía la información y se la enviaba al derecho, que a su vez la procesaba a su estilo y la volvía a enviar al izquierdo y así sucesivamente.

Mediante este proceso el cerebro construía sinérgicamente información y aumentaba su propio poder intelectual y creativo a la vez que combinaba ambos elementos.



Buzan (2003)



# EJERCICIO 1 DE CREATIVIDAD

## 1. Utiliza todas las habilidades de tu cerebro para examinar tu vida

Revisa en este momento cuantas habilidades del hemisferio izquierdo de tu cerebro utilizas y ponlas en práctica. Después haz lo mismo con el derecho.

## 2. Educación

Aplica a tus hijos el pensamiento íntegro-cerebral a toda su educación escolar, social y familiar. Ayúdalos a conseguir una educación equilibrada, para que mejoren su comportamiento emocional y social y puedan vivir de un modo más creativo y pleno.

## 3. Has pausa con regularidad

Piensa en esto: ¿Dónde estás o que estás haciendo cuando tienes brotes de imaginación, cuando encuentras las soluciones para los problemas o cuando tienes grandes fantasías? En el baño, paseando, preparándote para dormir, durmiendo, cuando te despiertas, en la playa, etc.



## EJERCICIO 1 DE CREATIVIDAD (cont.)

### 4. Realiza largos paseos o participa en excursiones

Aplica la frase romana, *solvitas perambulandum*, resuélvelo caminando. Cuando sacas a pasear a tu cerebro, especialmente al campo, el ritmo estable del movimiento de tus extremidades, el ritmo de tu corazón bombeando con más fuerza, la dosis de sangre oxigenada que riega tu cerebro y el placer que proporcionas a tus oídos y otros sentidos mientras caminas, fomentan el pensamiento creativo y la facilita solución de problemas.

### 5. Se creativo en tu vida cotidiana

Enumera en dos columnas, creativo y no creativo, las áreas de tu vida cotidiana en las que crees que eres creativo y en las que crees que no lo eres. Cuando hayas terminado léelas.

### 6. Tu galería de cerebros

Los grandes genios creativos tuvieron héroes y heroínas con quienes conversaban cotidianamente cuando trataban de resolver un problema. Selecciona 4 ó 5 personajes históricos y agrega a la lista familiares, amigos o conocidos a quienes admiras y respetas. Mantén conversaciones imaginarias con ellos e imagina que respuestas te darían para solucionar tus problemas.



## **EJERCICIO 1 DE CREATIVIDAD (cont.)**

### **7. Juega a los juegos de imaginación creativa de Einstein**

¿Cómo sería montarse sobre un rayo de sol para ir hasta el fin del mundo? ¿Sería invisible si me alejara de alguien a la velocidad de la luz? ¿Cómo sé dónde está lo que estoy mirando? Entonces, da rienda suelta a tu imaginación y pásate por todas las posibles soluciones por raras o extravagantes que te parezcan.

### **8. El énfasis en lo correcto**

Piensa 3 formas de aportar habilidades del hemisferio derecho a tu trabajo y vida cotidiana, que seguro tu vida será más agradable y eficaz.

### **9. Utiliza las dos partes de tu cuerpo**

Aprende a hacer malabarismo o utiliza la mano que menos uses en tus actividades cotidianas, como peinarte, lavarte los dientes o utilizar los cubiertos a la inversa.

### **10. Toma nota con coloridos mapas mentales que le hablen a tu cerebro**

Toma notas que te permitan comunicarte con tu cerebro. Esto resulta tradicional y el cerebro trabaja más fácilmente. Intenta calcular una larga división matemática mentalmente sin utilizar papel y lápiz.

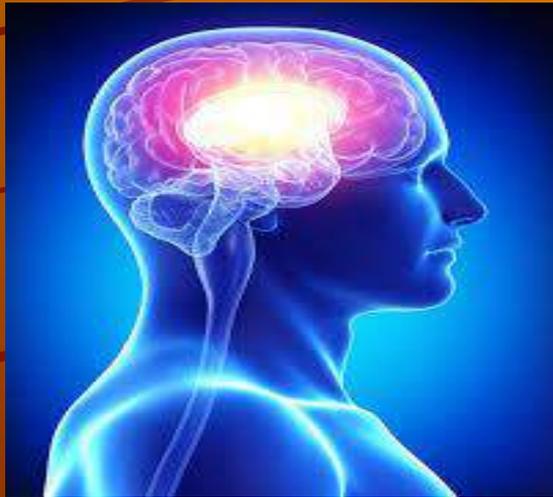
# MAPAS METALES CREATIVOS



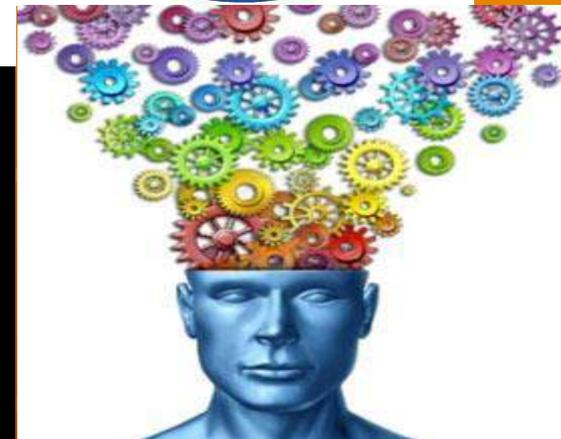
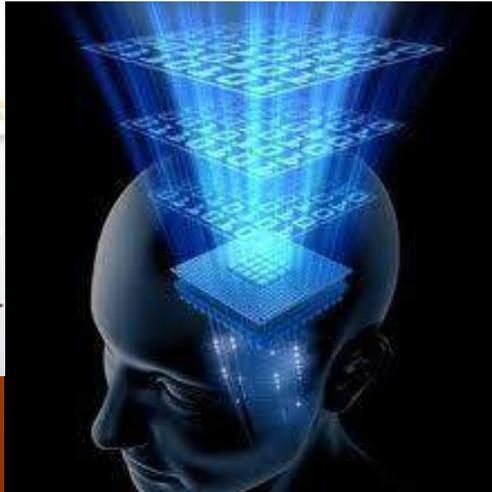
**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

**Mapas mentales creativos paso a paso**

**<http://www.youtube.com/watch?v=ZP98VT98gVU>**



**IC** | **INTELIGENCIA**  
*creativa*  
BTL

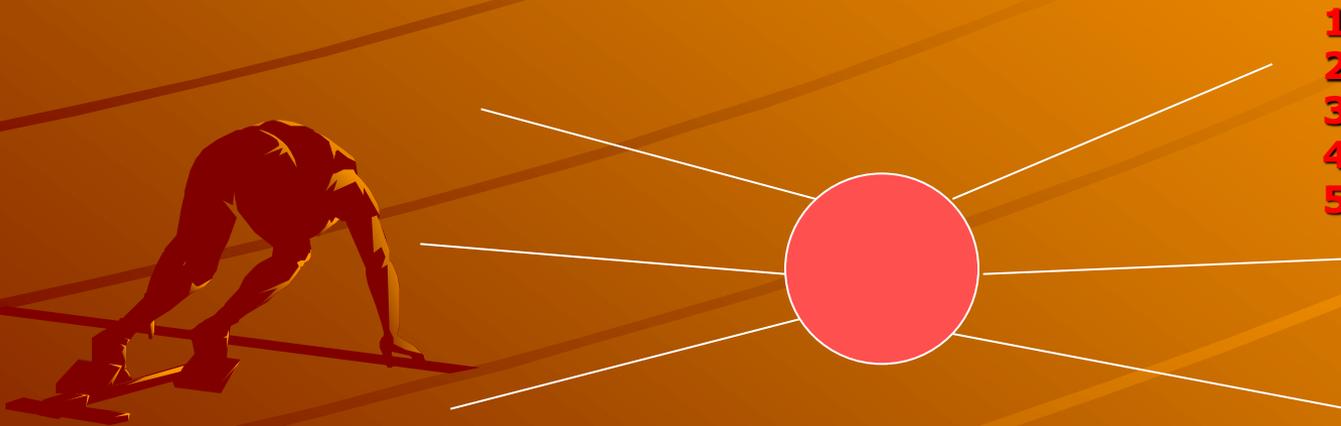




# UTILIZA MAPAS MENTALES

## Realiza el siguiente ejercicio

La figura muestra un núcleo central de donde salen ramas. Cada rama posee cinco líneas. En la primera rama, escribe las 5 palabras que imagines cuando pienses en la palabra **DIVERSIÓN**. Después pasa a otra rama y escribe las 5 palabras relacionadas con la primera palabra, que colocaste en la primera rama y así sucesivamente hasta que termines con todas las palabras y ramas que colocaste.



Pudiste hacerlo, ¿qué tiempo duraste para lograrlo?

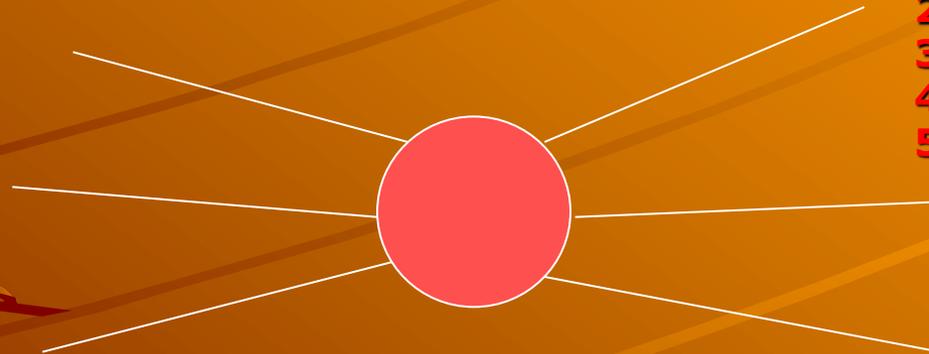
**FELICITACIONES**, has construido tu primer  
**MAPA MENTAL**



# UTILIZA MAPAS MENTALES

## Ahora realiza el siguiente ejercicio

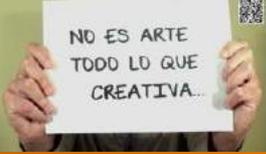
Utiliza una hoja de papel y un bolígrafo, si posees creyones de varios colores mejor aún. Escribe en el núcleo la primera palabra que imagines. En la primera rama, escribe las 5 palabras relacionadas con la palabra que colocaste en el núcleo. Después pasa a otra rama y escribe las 5 palabras relacionadas con la primera palabra, que colocaste en la primera rama anterior y así sucesivamente hasta que termines con todas las palabras y ramas que colocaste.



Pudiste hacerlo, ¿qué tiempo duraste para lograrlo?

**FELICITACIONES**, has construido tu primer

**MAPA MENTAL** con iniciativa propia



# MAPAS MENTALES CREATIVOS

Construir un **MAPA MENTAL CREATIVO** es sencillo, fácil y divertido. Sólo sigue los siguientes pasos:

1. **Empieza en el CENTRO de una página en blanco puesta en sentido horizontal.** ¿Por qué? Para darle a tu cerebro la libertad creativa e irradiante para que pueda ramificarse en todas direcciones.
2. **Utiliza una imagen para tu idea principal.** ¿Por qué? Porque tu imagen vale más que mil palabras para tu poder creativo, conseguirá agradar a tus ojos y te ayudará a mantener la atención.
3. **Utiliza todo tipo de colores.** ¿Por qué? Porque el color estimula el pensamiento creativo, te ayuda a distinguir áreas de tu pensamiento, estimula los centros visuales de tu cerebro y capta la atención y el interés de tu vista.
4. **Conecta tus ramas principales a la imagen central y conecta tus segundas y terceras ramas a los primeros y segundos niveles y así sucesivamente.** ¿Por qué? Porque tu cerebro trabaja por asociación y si las ramas están conectadas en la página, las ideas se conectarán en tu cabeza y producirás más pensamientos creativos.

# MAPAS MENTALES CREATIVOS

5. **Dibuja las ramas curvadas en lugar de líneas rectas.** ¿Por qué? Porque un Mapa Mental Creativo con líneas rectas es aburrido para la vista y tu cerebro se siente más atraído por las líneas curvas que encuentras en la naturaleza.
6. **Utiliza una palabra por línea.** ¿Por qué? Porque te ayudará a simplificar tu Mapa Mental Creativo y hacerlo más entendible.
7. **Utiliza imágenes.** ¿Por qué? Porque las imágenes y los símbolos son fáciles de recordar y estimulan asociaciones nuevas y creativas.

Buzan (2003)





# MAPAS MENTALES CREATIVOS

**Michael Michalko** en su bestseller “Cracking Creativity”, describe los Mapas Mentales como la alternativa cerebral total al pensamiento lineal. Destacando entre sus ventajas:

1. Activa todo tu cerebro y te despeja la mente.
2. Hace que te enfoques en un tema.
3. Te ayuda a desarrollar una organización detallada sobre el tema y el cuadro cerebral.
4. Te ofrece una representación gráfica de lo que sabes sobre el tema.
5. Te ayuda a agrupar y reagrupar conceptos, así como fomenta las comparaciones.
6. Mantiene activo tu pensamiento y te acerca cada vez más a la respuesta clave en la resolución de problemas.
7. Requiere que te concentres en un tema, lo cual te ayuda a conseguir información y transferirla desde la memoria de corto plazo a la de largo plazo.
8. Se expande en todas direcciones y capta los pensamiento desde cualquier ángulo.



## EJERCICIO 2 DE CREATIVIDAD

### 1. Utiliza colores en tus notas

Empieza utilizando 4 colores y posteriormente incrementa el número de colores en la medida que vayas progresando. El color hace que tus notas resulten más interesantes, estimula tus pensamientos creativos y le aporta color a tu vida.

### 2. Soñar despierto y soñar dormido

Proporcionan a tus músculos creativos visuales una fuerza extra. Estudia, preferiblemente utilizando Mapas Mentales, cualquier idea o mensaje que recuerdes de tus mejores sueños. Esto te ayudará a ser más visual y aportar color a tus notas.

### 3. Piensa irradiando

Una vez a la semana piensa en una palabra o concepto que te interese y haz un Mapa Mental básico de pensamiento irradiante. Esto mantendrá tus habilidades de Cartografía Mental en forma.

Buzan (2003)

## EJERCICIO 2 DE CREATIVIDAD (cont.)

### 4. Mapa Mental

Dibuja un Mapa Mental cuando tengas un problema que quieras resolver. Hazlo del siguiente modo:

- . Elabora un Mapa Mental rápido, justo a tu medida, añadiendo color, imágenes y tanta información como tu cerebro desee.
- . Deja que tu mente piense en la elaboración por unos minutos.
- . Vuelve a tu Mapa Mental y añádele pensamientos nuevos.
- . Vuelve a mirar detenidamente tu Mapa Mental y busca cualquier conexión nueva que pueda existir.
- . Conecta los tres elementos anteriores mediante códigos, colores o flechas.
- . Identifica las nuevas conexiones principales.
- . Haz otra pausa para que tu mente pueda pensar en lo nuevo que hiciste, identifica y marca cualquier nueva conexión que encuentres.
- . Vuelve al Mapa Mental y decide tu solución.



## **EJERCICIO 2 DE CREATIVIDAD (cont.)**

### **5. Guarda cuardenos de notas de los Mapas Mentales**

Esto constituye una gran fuente de información que reúne todos tus procesos creativos y te sirve para nuevos procesos creativos. Leonardo Da Vinci logró recopilar 3500 cuadernos de notas de procesos creativos.

### **6. Utiliza los Mapas Mentales como herramienta de comunicación creativa**

Los Mapas Mentales te ayudan a garantizar una buena presentación de tus ideas. Te ayudan a abandonar la idea de la presentaciones lineales y monótonas, liberando tu mente para organizar tus pensamientos con mayor rapidez y colocarlos en el orden adecuado.

### **7. Practica la Cartografía Mental y crea tu futuro**

Coloca una imagen o símbolo de ti mismo en el centro de tu Mapa Mental y coloca como temas tus habilidades, educación, viaje, familia, trabajo, salud, amigos, etc. En este Mapa Mental crea tu futuro ideal, como sería esa vida si se cumplieran todos tus deseos.

**Buzan (2003)**

## EJERCICIO 2 DE CREATIVIDAD (cont.)

### 8. Elabora un Mapa Mental sólo de imágenes

Sin palabras, sólo imágenes. Tus hemisferios cerebrales realizarán distintas conexiones y asociaciones al tratar sólo con imágenes. Te sorprenderán los nuevos vínculos y conexiones creativas que logras.

### 9. Incorpora códigos de colores a tus Mapas Mentales

Busca 4 formas de utilizar el color para tus Mapas Mentales. Crea nuevas formas de utilizar el color para mostrar conexiones o pensamientos que se muevan en el tiempo, personas, acciones, etc.

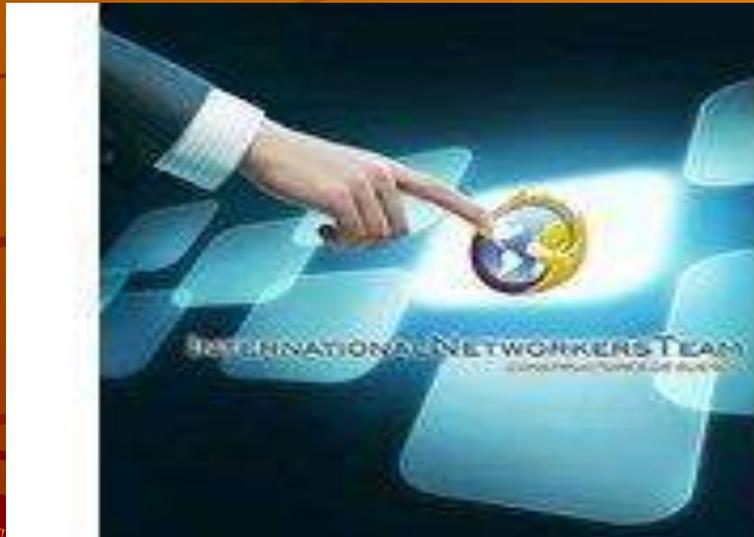
### 10. Averigua cómo te puede ayudar en tu vida el uso de los Mapas Mentales

Cartografía mentalmente todas las formas en que los Mapas Mentales te pueden ayudar a tener una vida más creativa, en tu casa, el trabajo, etc. Sigue creando y ampliando ese Mapa Mental. Investiga sobre las ideas de otras personas e incorpóralas en tu Mapa Mental de Creaciones Personales.



Buzan (2003)

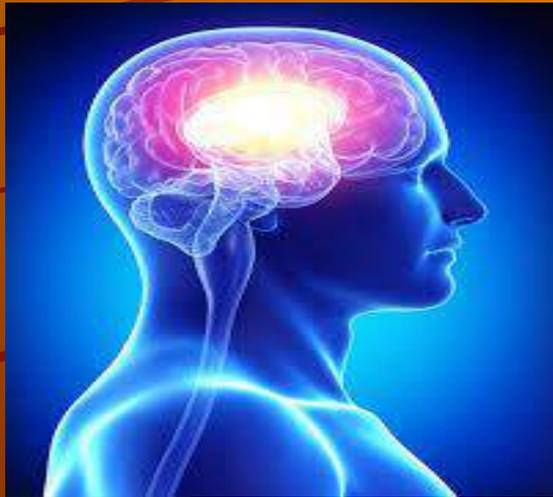
# OPTIMISMO INTELIGENTE, PRODUCTIVIDAD, CREATIVIDAD Y ORIGINALIDAD



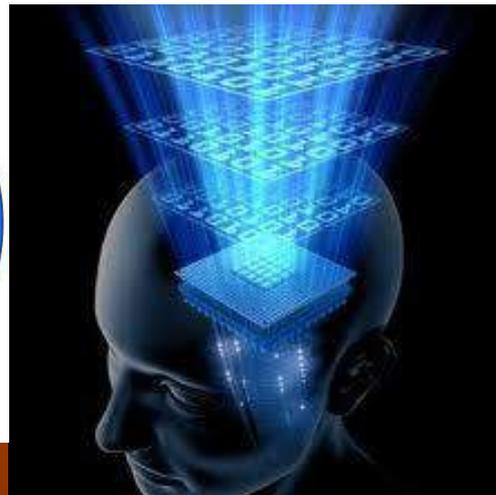
VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

Optimismo Inteligente

<http://www.youtube.com/watch?v=4SnJjLc7-0E>



IC | INTELIGENCIA  
*creativa*  
BTL





# PRODUCTIVIDAD CREATIVA

## El poder del volumen y de la velocidad

La fluidez en el pensamiento creativo se refiere al número de ideas que puedes crear y a la velocidad con que las creas. La fluidez es una de las metas principales de todos los pensadores creativos y de todos los grandes genios.

¿Pudiera la calidad incrementar el número y la velocidad de las ideas?

¿Qué le sucede a la calidad de tus ideas si empiezas a acelerar tu pensamiento y generar grandes cantidades de ideas?

¿Baja la calidad, permanece igual o sube?

**?Qué crees?**



# PRODUCTIVIDAD CREATIVA

## El poder del volumen y de la velocidad

Te sorprenderás cuando sepas que:

En la medida que aumenta la cantidad y la velocidad de tus ideas, la calidad general de las mismas también aumenta. En otras palabras, en el pensamiento creativo puedes tener lo que quieras y más.

Veamos lo que le sucedió a algunos pensadores creativos:

**Marie Curie.** No sólo recibió un premio nobel si no dos y además sobre dos temas distintos; física y química. Sus trabajos abarcaron los campos de magnetismo, radioactividad y el desarrollo de usos médicos del rayos X.

**Charles Darwin.** Creó la teoría de la evolución, la cual desarrolló en su libro de más de 1000 páginas. Además escribió 119 libros y artículos científicos.

**William Shakespeare.** Escribió en un período inferior a 20 años, 154 sonetos y 37 obras maestras de teatro.

Buzan (2003)



## EJERCICIO 3 DE CREATIVIDAD

### 1. Desarrolla la velocidad de tu pensamiento

La mayoría de las personas piensan a un ritmo normal, que generalmente se encuentra por debajo de su gama de posibilidades. Conociendo esto y centrándote en la velocidad de tu pensamiento, te darás cuenta que tu velocidad creativa comienza a aumentar de forma natural.

### 2. Recuerda: Tu capacidad para generar ideas es infinita

Analiza tu vida y recuerda todas aquellas cosas que has hecho que puedan considerarse creativas. Cuanto más te percares de tus poderes creativos infinitos, más se abrirá tu cerebro a la creatividad.

### 3. Observa las relaciones entre las cosas más rápidamente

Escribe al azar 20 palabras bien raras e intenta pensar al menos 5 similitudes entre ellas. Si puedes hallar 10 lo estás haciendo de maravilla, si encuentras 20 ya estas demostrando tu genio creativo.

Buzan (2003)



## **EJERCICIO 3 DE CREATIVIDAD (cont.)**

### **4. Mejora tu vocabulario**

Hazlo al ritmo de una palabra al día, lo cual supone 365 palabras al año. ¿Qué significa esto? Que tendrás en tu mente más de 365 nuevos centros de asociación en espera de ideas, a las que recurrirás y asociarás, aumentando el número de tus ideas y la velocidad de las mismas.

### **5. Velocidad en las piezas de construcción**

Diseña un conjunto de piezas de construcción artísticas como triángulos, conos, cuadrados, óvalos, etc., y relaciónalos con rapidez. Controla el tiempo que te lleva realizar el ejercicio, repítelo una vez a la semana o una vez al mes. Asegúrate que el tiempo disminuye. Este ejercicio es muy útil para que tus músculos creativos mentales estén en buena forma.

### **6. Brainstorming individual**

Cuando estés generando ideas sobre algún tema, deja que estas fluyan. Genera tantas como puedas a la mayor velocidad posible, desecha cualquier opinión o criterio sobre si son buenas o malas.



## **EJERCICIO 3 DE CREATIVIDAD (cont.)**

### **7. Genera ideas en grupo**

Se trata de un ejercicio igual a la generación de ideas individuales. Sin embargo, debes asegurarte que todo el grupo esté cómodo para expresar cualquier idea que se le ocurra. Si alguien critica cualquier idea respóndele: “Es una gran crítica pero dejémosla para la siguiente etapa”.

### **8. Reduce la marcha para poder acelerar**

Piensa siempre donde te encuentras cuando tienes ideas creativas. Relájate y acostúmbrate a hacerlo solo. Asegúrate que tu cuerpo descansa, tu cerebro se acelera y hace todo el trabajo por ti.

### **9. Lleva cuadernos de notas con páginas en blanco para elaborar Mapas Mentales**

Cada vez que tengas un momento de inspiración escribe la idea en forma de Mapa Mental.

### **10. Fíjate metas**

Una persona media genera entre 7 y 10 ideas en 2 días. Un grupo genera 120 en ese mismo tiempo. Fíjate como meta individual entre 20 y 40 y en grupo entre 200 y 400 ideas en 2 días.



# **FLEXIBILIDAD CREATIVA Y ORIGINALIDAD**

**Ya aprendiste que tu cerebro es un elemento supersinérgico diseñado para ser creativo y si combinas ambos hemisferios multiplicas inmensamente tu poder creativo, especialmente en el área de los pensamientos visibles mediante los Mapas Mentales.**

**Ahora aprenderás técnicas para ver las cosas desde perspectivas diferentes, aprenderás a utilizar tu increíble singularidad para ser todavía más único y más original.**

**Aprenderás los principios creativos únicos de la flexibilidad y la originalidad**



## **FLEXIBILIDAD CREATIVA Y ORIGINALIDAD**

La flexibilidad en el pensamiento significa que tu cerebro es capaz de moverse con fluidez y sin esfuerzo en todas direcciones. La originalidad creativa es lo diferente, especial, único, inusual y alejado de lo corriente que realmente es tu pensamiento. Cuando piensas en la originalidad debes pensar en la palabra excéntrico, que significa alejado del centro. Una persona alejado del centro no es normal



**El pensamiento creativo lo que pretende es que la persona no sea normal**

**¿Cómo lo consigues?**

**Existen tres formas principales**



# FLEXIBILIDAD CREATIVA Y ORIGINALIDAD

## 1. Ver las cosas desde diferentes puntos de vista

Una persona normal generalmente ve las cosas sólo desde su punto de vista. El genio creativo puede ver las cosas desde un número infinito de perspectivas, ángulos y puntos de vista. Para lograrlo entra en la mente de los demás y analiza

¿Cómo lo haría otra persona?

## 2. Hacer combinaciones creativas

Los grandes creadores son capaces de relacionar las cosas de una manera que nunca nadie ha hecho antes. Newton, concibió “La Ley de Gravitación Universal” cuando vio que caía una manzana y observaba a la luna colgada del cielo. Se preguntó: ¿Por qué se ha caído la manzana?, ¿Por qué no se cae la luna?, ¿Rige la misma ley que hace que caiga la manzana para la luna?



# FLEXIBILIDAD CREATIVA Y ORIGINALIDAD

## 3. Dale la vuelta a las cosas

Para hallar combinaciones nuevas utiliza el arte creativo de la inversión. Simplemente, tomas algo que ya existe y piensas en lo opuesto.

Mohammed Alí, destacado deportista, utilizó la técnica del pensamiento creativo para su propio beneficio. Todo el mundo decía que los pesos pesados:

- No podían bailar. Él lo hizo.
- Cuando boxejas debes tener la guardia en alto. Alí la mantenía baja.
- No podían ser rápidos. Él fue el boxeador más rápido de todos los tiempos.

**Fue su capacidad para darle la vuelta al pensamiento tradicional, lo que le permitió llevar el boxeo a niveles creativos totalmente nuevos.**



## EJERCICIO 4 DE CREATIVIDAD

### 1. Escucha

Cuando una persona te presenta un problema, no escuches sólo lo que dicen, sino escucha quiénes son. Intenta ver la totalidad de lo que están tratando de explicarte. Eso es saber escuchar.

### 2. Ponte en el lugar del otro

Intenta ver las cosas desde el punto de vista de otras personas.

### 3. Invierte tu vida

Mira tu vida en todos sus aspectos y actividades y reflexiona cada uno de ellos invirtiéndolos todos. Esto te permitirá tener una visión fresca de quién eres, qué es lo que estas intentando hacer, hacer cambios cuando sea necesario, entre otras. Hazlo pensando en tu ropa, amigos, comidas, actividades, etc.

Buzan (2003)



## EJERCICIO 4 DE CREATIVIDAD (cont.)

### 4. Prueba nuevas combinaciones de cosas

Reorganiza las cosas en tu casa y en tu vida cotidiana. Prueba nuevos tipos de comidas, cambia los muebles de lugar, cambia la decoración de la habitación, etc.

### 5. Aprende a contar chistes ingeniosos

Algunos de los mejores chistes son aquellos en los que se vinculan dos cosas inconexas, relacionadas con una nueva forma de comida o cuando los conceptos estándares, se invierten de una forma que te muevas de la risa.

### 6. Practica hacer conexiones ingeniosas y humorísticas

Mohammed Alí, vinculó los conceptos de boxear con los insectos. Lo hizo con una frase “Flota como una mariposa y pica como una abeja”.

Buzan (2003)

## EJERCICIO 4 DE CREATIVIDAD (cont.)

### 7. Vincula las diferentes actividades de tu vida

Thomas Edison, diseñó su laboratorio de manera de poder conectar en su mente y entre ellos cada uno de sus proyectos. Creía que cualquier cosa que hacía en uno de sus experimentos tenía alguna conexión con los demás. Esto le resultó muy útil para crear nuevas ideas.

### 8. Juega nuevos juegos de combinación

En momentos de diversión, prueba pedir a los participantes que busquen las conexiones más inusuales entre cualquier objeto en una situación.

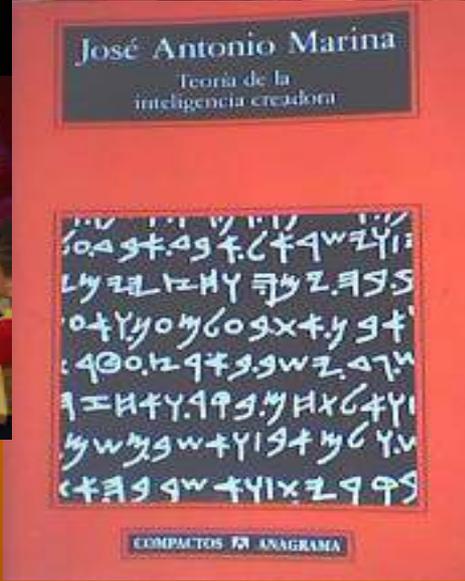
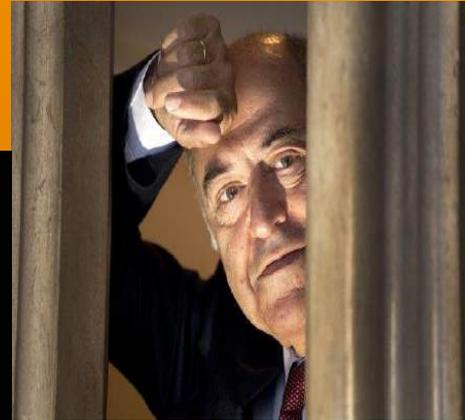
### 9. Utiliza las técnicas aprendidas aquí para crear algunas ideas más originales

Revisa todo lo que hemos visto hasta el momento e intenta invertir tus pensamientos. Hazlo utilizando un Mapa Mental que te permita interrelacionar todo lo aprendido.

Buzan (2003)



# DOS TESIS FUNDAMENTALES SOBRE INTELIGENCIA CREATIVA





## Tesis 1

# La inteligencia humana es una inteligencia animal transfigurada por la libertad

El animal tiene una inteligencia cautiva porque una rutina biológica determina su comportamiento. Los seres humanos, por nuestra propia naturaleza somos miopes con respecto al águila, pero por nuestra inteligencia somos capaces de ver lo invisible. Nuestra inteligencia no sólo descubre las cosas como son, sino que también inventa posibilidades. Por ello somos capaces de:

**Percibir.** Al asimilar los estímulos dándoles un significado mediante un esquema.

**Recordar.** Al realizar el acto que pone en estado consciente una información poseída. Y de

**Razonar.** Al realizar el acto de relacionar conceptos definidos de acuerdo con formas lógicas.



## Tesis 1

# La inteligencia humana es una inteligencia animal transfigurada por la libertad (cont.)

La creación necesita de conocimientos y hábitos. Para solucionar un problema necesitamos información concreta, pero también procedimientos generales sobre la resolución de problemas. Por ello, para solucionar un problema creativamente además de procedimientos generales necesitamos:

Los **sentimientos**, que son el modo como un bloque de información se manifiesta al interpretar un dato percibido por la experiencia. Y la **sorpresa**, que sólo puede darse si esperamos algo, cuando lo ocurrido no coincide con lo esperado.

NECESITAMOS **INTELIGENCIA**, como la manera de dirigir las capacidades mentales y, a través de ellas, los comportamientos físicos. Y si lo hacemos creativamente entonces poseemos **INTELIGENCIA CREATIVA**.



## Tesis 2

# La inteligencia creativa se logra haciendo proyectos

Un **proyecto** (del latín *proiectus*) es una planificación que consiste en un conjunto de actividades que se encuentran interrelacionadas y coordinadas. La razón de un proyecto es alcanzar objetivos específicos dentro de los límites que imponen un presupuesto, calidades establecidas previamente y un lapso de tiempo.

La generación de un proyecto guarda amplia relación con las virtudes creativas. Como en toda gestación, existe una fertilización inicial producida por la unión de oportunidades técnicas y detección de necesidades.

Existen cinco etapas en el proceso creativo de gestación de un proyecto





**1. Identificación**

**2. Preparación**

**3. Incubación**

**ETAPAS EN EL PROCESO CREATIVO DE GESTACIÓN DE UN PROYECTO**



**5. Verificación**

**4. Iluminación**





## Tesis 2

# La inteligencia creativa se logra haciendo proyectos

**Identificación:** el actor siente que existe un problema o una oportunidad sobre la cual vale la pena concentrarse.

**Preparación:** se hace a partir de la observación y de la recolección de información. El actor aprende acerca del problema que tiene a mano y construye un cuerpo de hechos e ideas.

**Incubación:** las ideas empiezan a formularse todavía en un estado no muy consciente. Se aceptan nuevas combinaciones de ideas.

**Iluminación:** el producto de esta etapa es una solución tentativa que puede ser el primer paso hacia una mejor solución.

**Verificación:** el formulador creativo intenta demostrar que la solución propuesta es meritoria. Es vital en este punto la habilidad de comunicar correctamente.



## Tesis 2

# La inteligencia creativa se logra haciendo proyectos

Mostrar el proceso de gestación de un proyecto como resultado de un proceso creativo, tiene como propósito llamar la atención sobre las siguientes consideraciones:

1. La generación de un proyecto es más que el simple resultado de llenar una preforma; es ante todo la derivación del desarrollo de una idea inicial, que surge del conocimiento de un contexto particular y del interés de intervenir sobre la realidad percibida.
2. La generación de un proyecto no es sólo la respuesta de un pescador de recursos, es sobre todo la oportunidad de desatar procesos de cambio en donde se trasciende de una situación inicial, a una en donde todo un colectivo humano encuentre la posibilidad de hacer realidad su imaginación de vida.



# UN PROYECTO CREATIVO SE PUEDE ELABORAR EN SIETE PASOS

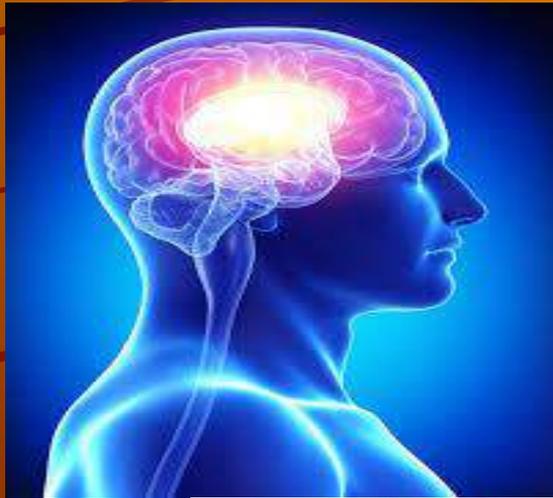


**PENSAMIENTO**  
CREATIVO  
PENSAMIENTO

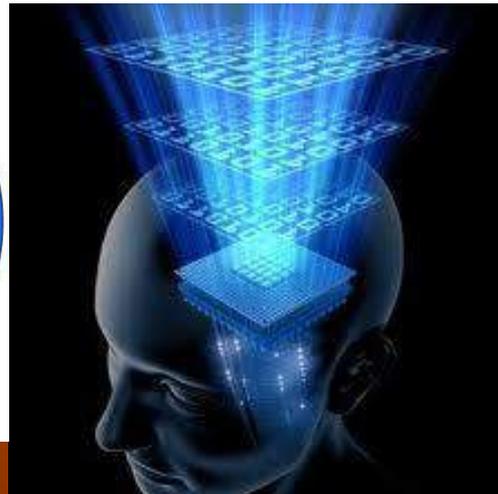
**VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:**

**El poder de la inteligencia creativa**

**<http://www.youtube.com/watch?v=yoPXnbYi8r8>**



**IC | INTELIGENCIA**  
*creativa*  
BTL





**1. Interrogante Principal**

**2. Objetivos**

**3. Fundamentación**

**UN PROYECTO CREATIVO  
SE PUEDE ELABORAR  
EN SIETE PASOS**



**7. Cronograma de actividades**

**6. Posibles soluciones**

**4. Situación actual y  
obstáculos**

**5. Requerimientos**



# PREGUNTA INICIAL

**¿A quién le corresponde pensar y darle forma al proyecto?**

La construcción del proyecto desde su fase inicial debe ser el resultado del trabajo conjunto de un equipo gestor, integrado tanto por miembros de las comunidades, como por agentes promotores de desarrollo pertenecientes a la institución.

**Si se quiere transformar la manera como se interviene sobre la realidad, dándole un inmenso impulso a la participación comunitaria, es fundamental gastar el tiempo que sea necesario.**



Debemos tener siempre presente que una participación efectiva de las comunidades, no se limita al simple uso de las comunidades para recolectar información, es el resultado de todo un proceso gradual de aprendizaje.

**Se trata de lograr un proceso de participación creativa institución-comunidades**

# INTERROGANTE PRINCIPAL

La interrogante principal o identificación del problema hace referencia a la identificación de un objeto de estudio o interés. un problema puede surgir por diferentes razones:

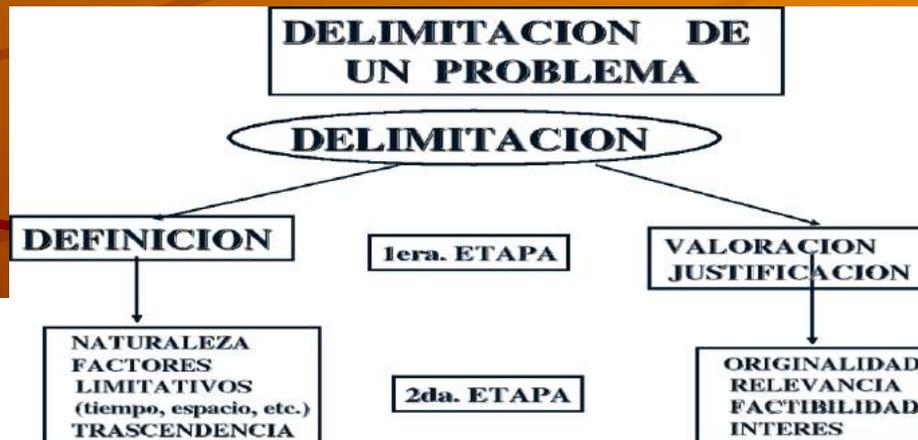
- Una solicitud de un deseo de cambio de la gente.
- La identificación de una carencia o incoherencia en la información disponible.
- La identificación de una situación potencial, de una oportunidad.
- La experiencia sensible del observador inmerso en una realidad determinada.

**Existen diversas fuentes de identificación de un problema**



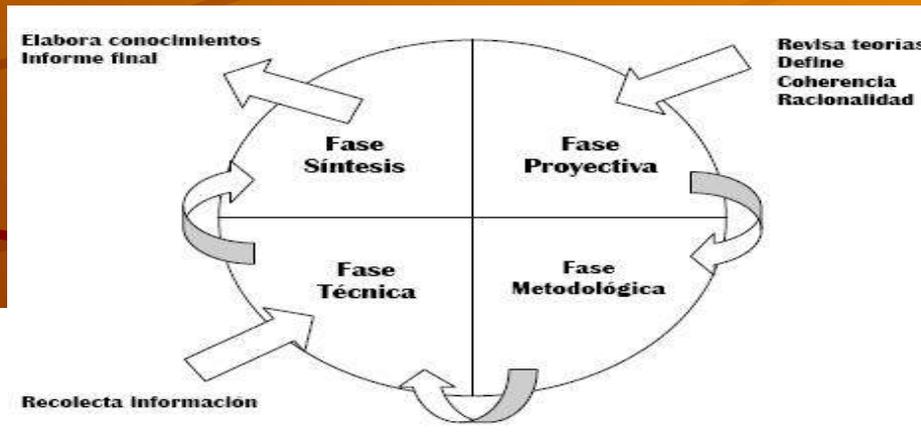
# FUENTES DE IDENTIFICACIÓN DE UN PROBLEMA

1. Análisis de las políticas sectoriales de entidades que ejecutan proyectos.
2. Estudios socioeconómicos, diagnósticos y/o evaluaciones que se hayan realizado.
3. Revisión de proyectos aplazados o abandonados.
4. Análisis de experiencias de otras regiones o países.
5. Objetivos sociales, económicos, políticos y culturales estratégicos.



# FUENTES DE IDENTIFICACIÓN DE UN PROBLEMA

6. Propuestas emanadas de organizaciones sectoriales, gremiales y de comunidades.
7. Necesidades insatisfechas o parcialmente satisfechas.
8. Identificación de recursos disponibles para buscar su mejor aprovechamiento.
9. Análisis de procesos productivos que generan altos desperdicios, afectan la ecología e incrementan los costos.
10. Existencia de políticas gubernamentales que favorezcan el desarrollo de actividades económicas y sociales.



# IDENTIFICACIÓN DE UN PROBLEMA.

## Conclusión

La identificación del problema debe permitir a todos los actores institucionales y sociales, no solo a nivel individual sino también colectivo, entender y analizar sus condiciones de existencia y la sociedad en la cual se ubican. Para esto, es necesario desarrollar la capacidad de analizar críticamente las raíces de los problemas y los conocimientos históricos que explican su situación.

**Para ello hay que capacitar al talento humano para incrementar el conocimiento tácito para posteriormente convertirlo en explícito y ponerlo al servicio de la institución.**



# OBJETIVOS

Lo objetivos son los logros que se pretenden alcanzar

## Objetivo general

Se corresponde con la finalidad del proyecto. No señala resultados concretos ni directamente medibles por medio de indicadores, pero si que expresan el propósito central del proyecto. No se explica sólo se enuncia. Tiene que ser coherente con la misión asignada al proyecto y a la institución.

**El objetivo general se concreta en objetivos específicos.**

## Objetivos específicos

Se derivan del objetivo general y lo concretan, señalando el camino que hay que seguir para conseguirlo. Indican los efectos específicos que se quieren conseguir, aunque no explicitan acciones directamente medibles mediante indicadores.



# FUNDAMENTACIÓN

La fundamentación es un texto, de carácter argumentativo, claro y coherente, sobre alguna temática particular que se quiere validar y defender. Cada fundamento debe ser una afirmación razonable, comprensible y comprobable.

## Algunos aspectos importantes a tener en cuenta:

- Debe expresar claramente la razón fundamental o motivo principal de la propuesta o proyecto
- Debe hacer referencia explícita a hechos, datos, teorías, textos, etc. relacionados con el tema del proyecto o trabajo.
- Debe estar exenta de opiniones personales.

**Expresa claramente la importancia, la relevancia y las contribuciones o aportes del proyecto para la institución y la comunidad.**



# SITUACIÓN ACTUAL Y OBSTÁCULOS

Se describe la situación imperante y se reconocen a los factores que puedan dinamizar o retardar (obstáculos) el desarrollo de las acciones propuestas, con el propósito de establecer un diagnóstico inicial, para determinar la conveniencia de poner en marcha el proyecto a partir de la interrogante principal.

Las primeras acciones se encaminan a la recopilación de toda la información, proveniente de fuentes internas y externas, que permitan conocer el contexto para entender mejor los planteamientos iniciales realizados. Esta información se agrupa y organiza construyendo un marco de referencia, que generalmente consiste en la descripción de la situación interna y del entorno.



# REQUERIMIENTOS PARA UNA NUEVA SITUACIÓN

Se determinan los requerimientos necesarios para ejecutar el proyecto, de tipo:

1. Institucionales y sociales.
2. Financieros.
3. Técnicos, tecnológicos y de comunicaciones.
4. De recursos humanos.
5. De capacitación.
6. Otros.



# POSIBLES SOLUCIONES

Se formulan las posibles soluciones que conduzcan a la solución de la interrogante principal y al objetivo general planteado.



# CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Se relacionan las actividades a realizar en base a los objetivos específicos planteados y se determinan los plazos de ejecución. Todo ello se puede colocar en un diagrama (gantt o Pert), que ilustre comparativamente el orden y tiempo de ejecución de las diferentes actividades.



# 10 CONSEJOS PARA POTENCIAR EL INGENIO

Jonah Lehrer



1. **Píntelo de azul.** Un estudio de 2009 reveló que los participantes resolvieron el doble de problemas lógicos cuando estaban rodeados del color azul, ya que es relajante y mejora el pensamiento asociativo.
2. **Despiétese.** Según una investigación de abril de 2012, la gente se desempeñó 50% mejor en varios problemas creativos cuando estaban recién despiertos.
3. **Sueñe despierto.** Investigaciones realizadas en la Universidad de California, en Santa Bárbara, revelaron que las personas que sueñan despiertas durante el día, obtienen mejores puntuaciones en pruebas de creatividad.
4. **Piense como un niño.** Cuando a los participantes de un estudio se les dijo que se imaginen que vuelven a tener 7 años, sus resultados en los tests de pensamiento divergente, con problemas de cómo tratar de inventar usos alternativos para un neumático viejo, son más altos.
5. **Una dosis de humor.** Cuando la gente ve un video corto de un comediante, resuelve alrededor de 20% más de problemas lógicos.

# 10 CONSEJOS PARA POTENCIAR EL INGENIO

Jonah Lehrer



6. **Imagínese que está muy lejos.** Investigaciones llevadas a cabo en la Universidad de Indiana revelaron, que los participantes eran mucho mejores resolviendo enigmas cuando se les decía que los problemas venían de Grecia o California y no de un laboratorio local.
7. **Mientras más genérico mejor.** El uso de verbos genéricos mejora la capacidad para resolver problemas.
8. **Abra la mente.** Según un nuevo estudio, los participantes se desempeñaron mejor en un test de creatividad cuando los colocaron fuera del clásico espacio de trabajo, tal vez porque internalizaron la metáfora de abrir la mente. La lección: el cubículo limita su potencial.
9. **Vea el mundo.** Según un estudio dirigido por Adam Galinsky, estudiantes que han vivido en el extranjero son más proclives a resolver problemas de creatividad.
10. **Múdese a la Metrópolis.** Físicos en el Instituto Santa Fe descubrieron que mudarse de una ciudad pequeña a una más grande, lleva a los inventores a producir en promedio 15% más patentes.



# UN FINAL CASI INESPERADO

Reflexiona sobre lo siguiente



- TE ASUSTAN TUS IDEAS
  - PIENSAS QUE DEJAR LAS COSAS COMO ESTÁN RESULTA MÁS SENCILLO
- ERES CREATIVO POR NATURALEZA PROPIA PERO TE RESISTES A LA CREATIVIDAD
  - BUSCAS UNA EXCUSA O TIENES MIEDO
- DICES QUE NO ESTAS MOTIVADO O TIENES MIEDO
  - . TE RESULTA DIFÍCIL SEGUIR LA HUELLA DE TUS SUEÑOS

**ENTONCES:**

**RECAPITULA SOBRE TODO LO  
QUE HAS APRENDIDO**





# FELICITACIONES

Has aprendido



1. Que tienes pleno control sobre el conocimiento de tus hemisferios cerebrales y has empezado a desarrollar el empleo de sus capacidades sinérgicas.
2. Que comprendes y dominas los principios para construir Mapas Mentales y puedes utilizarlos en tus ejercicios creativos.
3. Que puedes acelerar tu creatividad, así como la velocidad y la fuerza de tu pensamiento. Sabes que tienes una capacidad infinita en esta área.
4. Que al comprender la naturaleza de la flexibilidad creativa, también te has dado cuenta, que eres más preciso y único de lo que jamás habías imaginado y que estas en el camino de convertirte en una persona más original y única.
5. Que puedes realizar un proyecto creativo en 7 pasos.



# FELICITACIONES

Te has ido dando cuenta que entre tus oídos posees la mejor máquina de asociación

**Tu sorprendente, increíble e infinitamente creativo cerebro humano**



En el camino hacia tu futuro creativo te acompañarán los grandes genios creativos de la historia, así como tu propia energía floreciente e **INTELIGENCIA CREATIVA**

**Disfruta el viaje**

**Pero, aún no te vayas**

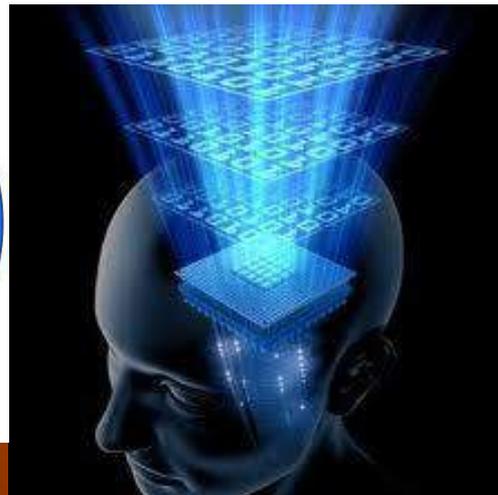
VEAMOS EL SIGUIENTE VIDEO:

Los secretos de la creatividad

<http://www.youtube.com/watch?v=TOHaSdZfwP4>



IC | INTELIGENCIA  
*creativa*  
BTL





## PARA FINALIZAR

Aunque sientas el **cansancio**,  
Aunque el ritmo te **abandone**,  
Aunque un error te **lastime**,  
Aunque una ilusión se **apague**,  
Aunque el dolor queme tus **ojos**,  
Aunque ignoren tus **esfuerzos**,  
Aunque la ingratitud sea la **paga**,  
Aunque la incomprensión corte tu **risa**,  
Aunque todo parezca **nada**

***VUELVE A EMPEZAR***





**PARA FINALIZAR**

**AHORA ELABORA UN MAPA MENTAL CREATIVO  
CON LAS PALABRAS INDICADAS EN ROJO  
EN LA LÁMINA ANTERIOR PARA QUE  
TE DIVIERTAS E INCREMENTES  
TU CREATIVIDAD**

**HASTA PRONTO**



# BIBLIOGRAFÍA



Buzan, T. (2003). *El Poder de la Inteligencia Creativa*. 10 formas para despertar tu genio creativo. Barcelona: URANO.

Gardner, H. (2000). *Estructuras de la Mente*. México D.F.: Fondo de Cultura Económica.

Gardner, H. (2005). *Múltiples lentes sobre la mente*. Trabajo presentado en la Conferencia de Expo Gestión. Bogotá. Colombia.

Marina, J. A. (2007). *Teoría de la inteligencia creadora*. Barcelona: ANAGRAMA

Marina, J. A. y Marina, E. (2013). *El aprendizaje de la creatividad*. Barcelona: Ariel.

Riveiro, L. (2003). *Inteligencia Aplicada*. Venezuela. Planeta.





# INTELIGENCIA ESPIRITUAL



**Dr. Sergio Teijero Páez**  
**Profesor e Investigador Asociado**  
**Universidad Central de Venezuela**

# CONTENIDOS

**Tema 1. Espíritu, espiritualidad e inteligencia espiritual**

**Tema 2. Indaga sobre una nueva visión global de la vida**

**Tema 3. Investiga sobre los valores espirituales del ser humano**

**Tema 4. Busca una nueva visión y propósito de vida**

**Tema 5. Compréndete a ti mismo para poder comprender a los demás**

**Tema 6. Utiliza la risa y el humor para darle sentido a la vida**

**Tema 7. Maneja el ritual sobre tu cuerpo, el cerebro y la vida**

**Tema 8. Libera la ansiedad, la distracción y la aflicción a través de la paz**

**Tema 9. Recurre al amor para fortalecer tu espíritu**

**Bibliografía**



# **Tema 1**

## **Espíritu, espiritualidad e inteligencia espiritual**

### **DEFINICIONES**

### **INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

**Es un tipo más de inteligencia, que estaría compuesta por cuatro componentes: la capacidad para trascender lo físico y lo material; para experimentar estados de conciencia elevados; para dotar de un sentido de sacralidad a las actividades, acontecimientos y relaciones cotidianas; así como, la capacidad para utilizar recursos espirituales para solucionar problemas (Emmons, 2004).**

**<https://www.youtube.com/watch?v=wODsrg9bAeg>**



# **DEFINICIONES INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

**Es el modo definitivo de conocimiento. La utilizamos para imaginar posibilidades no realizadas y para trascender el metódico y pesado caminar de la vida. La utilizamos también para entender el dolor, para responder las cuestiones filosóficas básicas sobre la vida y para encontrar sentido tanto temporal como existencial (Davis-Lockwood, reseñada por Torrealba, 2014).**



# **DEFINICIONES**

## **INTELIGENCIA ESPIRITUAL (cont.)**



**Es la capacidad humana para hacer preguntas sobre el significado de la vida y para experimentar simultáneamente la perfecta conexión entre cada uno de nosotros y el mundo en que vivimos (Wolman, 2003).**

**Además de la auto-conciencia, implica ser conscientes de nuestra relación con lo trascendente, con cada uno, con la tierra y todos los seres humanos. Abre el corazón, ilumina la mente, e inspira el alma. Está relacionada con la inteligencia emocional, porque la espiritualidad implica desarrollar una sensibilidad intrapersonal. Prestar atención a los pensamientos y sentimientos subjetivos y cultivar la empatía es parte del aumento de la conciencia de la vida espiritual interior (Vaughan, 2012).**

# DEFINICIONES

## INTELIGENCIA ESPIRITUAL (cont.)



**Es la que nos permite afrontar y resolver problemas de significados y valores, ver nuestra vida en un contexto más amplio y significativo, así como determinar qué acción o camino es más valioso para nuestra vida. Está en todo nuestro Ser, como una totalidad trabajando de manera armónica con la inteligencia racional y la emocional. Se distingue por las siguientes características: capacidad de ser flexible, poseer un alto nivel de conciencia de sí mismo, afrontar y trascender el dolor y el sufrimiento, ser inspirado por visiones y valores, evitar causar daños innecesarios, ver las relaciones entre las cosas, marcada tendencia a preguntar *¿Por qué?* o *¿Y si?* y pretender respuestas fundamentales y facilidad para estar contra las convenciones (Zohar; Marshall, 2001)**

# DEFINICIONES

## INTELIGENCIA ESPIRITUAL (cont.)

**Pertenece a cada uno de nosotros, se encuentra en nuestros corazones y está en el corazón de cada religión, cultura y sistema moral. La vía de acceso a la inteligencia espiritual se da a través de las Leyes Universales (Millman, 2000).**

**Es la forma como cultivamos las cualidades vitales de la energía, el entusiasmo, el coraje y la determinación, así como la protección y el desarrollo del alma (Buzan, 2008a).**



# DEFINICIONES

## INTELIGENCIA ESPIRITUAL (cont.)

**Es el estado de relajación que el ser humano logra cuando el espíritu se acerca al cuerpo y se produce la multiplicación del poder de la mente. Es en este momento, cuando el ser humano se activa, pierde el miedo, baja los niveles de estrés, es capaz de realizar un sexo inteligente sólo o acompañado, en fin es capaz de unir lo espiritual con lo material y llevar una vida más feliz. Se convierte en un ser humano dispuesto a enfrentar la vida, asumir riesgos, vivir, sentir y brindar placer a sus semejantes. Es la conversión de un ser humano normal a uno creativo, eminentemente inteligente y sobre todo eminentemente espiritual (Teijero, 2015a).**



## **DEFINICIONES INTELIGENCIA ESPIRITUAL (cont.)**

**Es la capacidad de ir más allá de lo biofísico y social, más allá del cuerpo y las emociones. Opera con el ojo de la contemplación, es una inteligencia transpersonal porque se sitúa más allá del ego narcisista. Opera con visión universal. Es transracional, porque no se limita a la racionalidad instrumental mecánica de la ciencia. Es la única inteligencia que puede darle sentido espiritual a la vida, es decir, generar sentido trascendente para vivir, alimentar y potenciar la integridad de nuestra mente (Teijero, 2015a).**



## DEFINICIONES INTELIGENCIA ESPIRITUAL (cont.)

Como vemos en estas definiciones, la inteligencia espiritual es la que nos permite entender el mundo, a los demás y a nosotros mismos desde una perspectiva más profunda y llena de sentido; nos ayuda a trascender el sufrimiento y ver más allá del mundo material, entrando en esa amplia e interconectada dimensión espiritual, tan alejada del mundo material en el que habitualmente nos desenvolvemos. Por este motivo, muchos autores la consideramos la ***SUPREMA DE LAS INTELIGENCIAS***. (Teijero, 2015a).



# ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL

**Comencemos nuestro recorrido por la inteligencia espiritual con cinco videos que nos muestran la concepción, valor, moral, perspectivas y modelos de Ramón Gallegos sobre Enseñanzas de Inteligencia Espiritual.**

[https://www.youtube.com/watch?v=soUv\\_3g2xPQ](https://www.youtube.com/watch?v=soUv_3g2xPQ)

<https://www.youtube.com/watch?v=7uyxNLg5ros>

<https://www.youtube.com/watch?v=j04hktQHaU8>

<https://www.youtube.com/watch?v=l2ELqcuJels>

<https://www.youtube.com/watch?v=39WwOrFzl-o>



**Buzan (2008a)**

# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**



**Siguiendo las enseñanzas del maestro Tony Buzan, intenta responder las siguientes preguntas en este momento y al terminar la lectura de esta presentación regresa a ellas y vuelve a responderlas (Buzan, 2008a).  
Responde SI/NO**

- 1. Te sientes identificado con la naturaleza.**
- 2. Eres juguetón.**
- 3. Considera la gente que te comportas como un niño.**
- 4. Te gustan los niños y te corresponden.**
- 5. Eres comprensivo con los problemas de los demás.**
- 6. Acude la gente a ti para pedirte ayuda de diferente índole.**
- 7. Te gustan todos los tipos de climas.**
- 8. Rechazas algunos tipos de climas.**

**Buzan (2008a)**

# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**



- 9. Te gustan los animales y te corresponden.**
- 10. Te dedicas a matar moscas, insectos y todo tipo de bichos aunque no te molesten.**
- 11. Crees que la sinceridad es la mejor vía para sentirte feliz.**
- 12. Crees que la raza humana tiene un verdadero propósito.**
- 13. Crees que la caridad y las obras caritativas son sólo para los que hacen el bien.**
- 14. Experimentas con frecuencia sentimientos de respeto relevantes y asombrosos para con otras personas.**
- 15. Tienes momentos de gran júbilo.**
- 16. Sientes sentimientos de unidad con todo lo que te rodea.**
- 17. Oras o meditas con regularidad.**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

- 18. Te intrigan o entusiasman las preguntas sobre el sentido de la vida, la naturaleza del bien y el mal, así como la relación de los seres humanos con el universo.**
- 19. Te gusta el silencio.**
- 20. Te preocupas por el planeta.**
- 21. Te amas a ti mismo.**
- 22. Recoges tu basura.**
- 23. Sientes que hay alguien o algo con un poder o energía mayor que la tuya.**
- 24. Tienes esperanza.**
- 25. Tienes entusiasmo.**
- 26. Eres compasivo.**
- 27. Estas agradecido por la vida que llevas.**
- 28. Eres respetuoso y considerado con los demás.**
- 29. Eres creativo.**



# ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL

## ESPÍRITU

**Según el concepto latín espíritu significa aliento. El término hace referencia a la energía vital que posee el ser humano y a la parte no física incluida las emociones y el carácter. Incluye las cualidades vitales del ser humano como la energía, entusiasmo, coraje y determinación. Es la parte inmaterial, intelectual o moral del hombre.**

**El espíritu no es una parte del ser humano, es el ser humano completo que por conciencia pertenece a un todo. Es la capacidad que tenemos de ir más allá de las meras apariencias, de lo que vemos, escuchamos, pensamos y amamos.**

**Buzan (2008a)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

## **ESPIRITUALIDAD**

**En su sentido amplio, significa la condición de espiritual que posee el ser humano. Se refiere a una disposición en el sujeto, principalmente moral, psíquico o cultural, que lo conducen a investigar y desarrollar las características de su espíritu, es decir, un conjunto de conocimientos y actitudes características de la vida espiritual. Esta disposición en el sujeto, implica la decisión de experimentar estados especiales de bienestar como la salvación, que le permite la liberación de un estado o condición indeseable o la liberación de sufrimientos.**

**Buzan (2008a)**

# ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL



## INTELIGENCIA ESPIRITUAL

**Es la forma de cómo cultivar y desarrollar el espíritu y la espiritualidad. Es la que nos permite entender el mundo, a los demás y a nosotros mismos, desde una perspectiva más profunda y más llena de sentido; es la que nos ayuda a trascender el sufrimiento. Es la inteligencia con la que afrontamos y resolvemos problemas de significados y valores, con la que podemos poner nuestros actos y nuestras vidas en un contexto más amplio, más rico y significativo, la inteligencia con la que podemos determinar cómo dar curso a una acción, un curso significativo para nuestras vidas o la que nos permite determinar cuál es el camino más importante, para lograr una determinada acción, el que nos conducirá al éxito. Por este motivo, muchos autores la consideramos como la suprema de todas las inteligencias.**

**Teijero (2015b) y Buzan (2008a)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

## **EL PODER DE LA MENTE**

**La mente es el conjunto de capacidades intelectuales que posee una persona y al mismo tiempo como la parte del ser humano donde se desarrollan estas capacidades. Es el conjunto de facultades cognitivas y mentales que engloban procesos como la percepción, que obedece a los estímulos cerebrales logrados a través de los 5 sentidos; el pensamiento, como la actividad y creación de la mente, todo aquello que es traído a la existencia mediante la actividad del intelecto; la conciencia, como el conocimiento que tiene un ser humano de sí mismo y de su entorno, pero también se refiere a la moral o bien a la recepción normal de los estímulos del interior y el exterior; así como, la memoria, como la capacidad de recordar, entre otras.**

**Teijero (2015b)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

## **EL PODER DE LA MENTE**

**Resulta conveniente utilizar el poder de los amplificadores naturales de la mente, a partir de las 6 estrategias para reforzar las capacidades mentales. La agudeza mental, aprendiendo a advertir y aprovechando la hora, que se presenta cada hora y media, donde la mente trabaja en su punto óptimo; la resolución de problemas y la inspiración, al buscar una solución creativa durante esa media hora que se presenta cada hora y media, durante la cual la mente consciente se desacelera y la inconsciente emerge más cerca de la superficie; el funcionamiento general de la mente, al buscar un refuerzo mental duradero ejercitando la mente 12 minutos al día, observando un aumento del 30 por ciento de su capacidad.**

**Teijero (2015b) y Stine (2010)**

# ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL

## EL PODER DE LA MENTE

**La memoria a corto plazo, para conservar información importante preferiblemente en la mañana, donde la parte del cerebro que almacena la memoria a largo plazo es 15 por ciento más eficiente; la memoria a largo plazo, que guarda información importante principalmente en la tarde; así como, para recordar datos y cifras importantes repasándola y después durmiendo, se logra recordar lo repasado entre un 20 y un 30 por ciento.**

**Teijero (2015b) y Stine (2010)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**



## **EL PODER DE LA MENTE**

**Es importante relacionar el poder de la mente y su multiplicación con la inteligencia espiritual y con las inteligencias múltiples planteadas por el Dr. Gardner. El ser humano desde su espíritu y espiritualidad es eminentemente emocional, porque desarrolla la capacidad de tomar conciencia de sí mismo y conocer sus aspiraciones; así como, es eminentemente social, porque desarrolla la capacidad de sentir distinciones entre los demás. Esto lo lleva a convertirse en un sujeto eminentemente inteligente.**

**Además, afirma Gardner que los seres humanos tienen una gama de competencias, denominadas inteligencias, que existen en diferentes proporciones en distintas personas.**

**Teijero (2015b) y Gardner (2000; 2005)**



# ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL

## EL PODER DE LA MENTE

**Existen seres humanos que desarrollan capacidades para pensar y formarse un modelo del mundo en 3D, porque poseen inteligencia visual-espacial. Otros, desarrollan capacidades lógico-matemática que le permiten utilizar el pensamiento para entender la relación causa-efecto en las personas y resolver problemas que requieran de la lógica y la matemática. Están los que tienen una excelente capacidad auditiva, pueden llevar el ritmo, el tono y el timbre, logrando combinar diferentes instrumentos, por lo que poseen inteligencia musical. Los que tienen capacidad para utilizar el lenguaje oral y escrito para comunicar sentimientos poseen inteligencia verbal-lingüística. Aquellos que desarrollan capacidad para utilizar su cuerpo para resolver problema poseen inteligencia corporal-cinestésica. O los que desarrollan capacidad para percibir relaciones con las especies que poseen inteligencia naturalista.**

**Teijero (2015b y Gardner (2000;2005)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

## **EL PODER DE LA MENTE**

**Además, el Dr. Gardner en su modelo de inteligencias múltiples define la inteligencia que tiene que ver con los estados emocionales del ser humano y la que le permite desarrollar relaciones con otras persona. Así, define la inteligencia emocional e intrapersonal como aquella que evita que la angustia interfiera con las facultades personales y en la capacidad de empatizar y confiar en los demás, la capacidad de motivar a las personas a perseverar en el empeño a pesar de las frustraciones, a regular los estados de ánimo, controlar los impulsos y diferir la gratificaciones. Del mismo modo, define la inteligencia social o interpersonal como una combinación de comprensión básica de la gente, una especie de conciencia social estratégica y un conjunto de habilidades para interactuar con éxito con ella.**

**Teijero (2015b y Gardner (2000;2005)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

## **EL PODER DE LA MENTE**

**La novena inteligencia planteada por el Dr. Gardner acerca el análisis a lo espiritual. Se trata de la inteligencia de las grandes preguntas, referida a cuando los niños preguntan el tamaño del universo, cuando los adultos meditan sobre la muerte, el amor, el conflicto y el futuro del planeta, se están ocupando de cuestiones existenciales y espirituales, aporta el Dr. Teijero. Pero también existe la inteligencia creativa o creadora, planteada por Marina y Buzan, como aquella que posee el ser humano, que le permite resolver un problema de una manera nueva y eficiente. Es la capacidad que tiene el ser humano para descubrir metas, resolver problemas, inventar salidas cuando parece que no las hay, evitar la rutina, el aburrimiento o la desesperanza.**

**Teijero (2015b), Gardner (2000;2005), Marina (2007;2013) y Buzan (2003)**



# **ESPÍRITU, ESPIRITUALIDAD E INTELIGENCIA ESPIRITUAL**

## **EL PODER DE LA MENTE**

**La inteligencia ejecutiva es la que organiza a todas las demás inteligencias y tiene como objetivo **DIRIGIR BIEN LA ACCIÓN**, aprovechando nuestros conocimientos y emociones.**

**En fin un mundo de inteligencias todas vinculadas a la capacidad que tiene el ser humano de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla en resolver problemas. La facilidad para aprender, aprehender o comprender, tener percepción, intelecto e intelectualidad. Poseer calidad o capacidad de comprender y adaptarse fácilmente. En síntesis, la capacidad para resolver situaciones problemáticas.**

**Estas reflexiones conducen al Dr. Teijero a afirmar que la inteligencia espiritual es la suprema de todas las inteligencias, ya que traza el camino hacia una nueva vida y conduce al éxito.**

**(Teijero, 2015b)**



## **Tema 2**

# **Indaga sobre una nueva visión global de la vida**

**El ser humano por lo general se admira de ver la altura de las grandes montañas, las olas del mar cuando están crecidas, los ríos caudalosos, la grandeza de los océanos, la belleza del atardecer en el horizonte, una mesa bien servida, pero se olvida que en primer lugar debe admirarse a sí mismo. Ahora bien, antes de comenzar el discurso veamos a través de dos videos qué significa tener una nueva visión de vida.**

**<https://www.youtube.com/watch?v=ecitKhXFvZ8>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=B0G-8n1LJ-o>**

**Teijero (2015c)**



# INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA

**¿Qué sabemos de nosotros mismos según Buzan (2008a)?**

- **Que nuestro cuerpo está formado por 200 huesos de compleja estructura y perfectamente articulados, 500 músculos con miles de millones de fibras musculares y casi 12 millones de fibras nerviosas que coordinan todo el funcionamiento del cuerpo.**
- **Que los científicos aún no logran explicar cómo trabajan nuestros ojos, nariz, piel y boca, debido esencialmente a su sensibilidad.**
- **Que nuestro corazón es una gran bomba mecánica, que bombea cada año de nuestra vida un promedio de 36 millones de veces.**
- **Que el número de células de nuestro cerebro equivale a 167 veces la población del planeta.**

**Teijero (2015c)**



Puesto que no sabemos lo que son las cosas en realidad, sino sólo cómo nos las representamos a nosotros mismos, ¿Por qué no representárnoslas de manera que aumenten las posibilidades nuestras y de otros, en vez de crear limitaciones?

(Tony Robbins)



# INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA

**Pero también sabemos que:**

- **Cada uno de nosotros es único y diferente al resto de las personas que habitan el planeta tierra.**
- **Los átomos de que estamos hechos proceden de las estrellas.**
- **Somos capaces de grandes actos de valor, resistencia, heroísmo y sacrificio.**

**Teijero (2015c)**



Puesto que no sabemos lo que son las cosas en realidad, sino sólo cómo nos las representamos a nosotros mismos, ¿Por qué no representárnoslas de manera que aumenten las posibilidades nuestras y de otros, en vez de crear limitaciones?

(Tony Robbins)

# INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA

**El ser humano es eminentemente social y espiritual, la sociedad lo crea, lo modela, lo educa, lo llena de espiritualidad e intenta llevarlo por el camino correcto. Lo que hace que no pueda vivir al margen de ella porque se destruye su condición humana esencial. El ser humano trabaja, piensa y con sus ideas es capaz de transformarlo todo. Por tanto, si se le quita su capacidad de actuar, siendo las ideas producto de la práctica, se destruye su capacidad de pensar, que es una condición esencial de la vida.**

Teijero (2015c)



Puesto que no sabemos lo que son las cosas en realidad, sino sólo cómo nos las representamos a nosotros mismos, ¿Por qué no representárnoslas de manera que aumenten las posibilidades nuestras y de otros, en vez de crear limitaciones?

(Tony Robbins)

# INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA

El ser humano trabaja y el trabajo no sólo lo transforma, sino que lo convierte en eminentemente social y espiritual. Además, el ser humano social, espiritual, pensante y actuante, vive y se desarrolla en medio de relaciones ideológicas, políticas, laborales, profesionales, manuales, intelectuales y técnicas. Asimismo, tiene relaciones personales, familiares y sexuales que son las más personales, directas y necesarias, que expresan profundamente su propia condición humana. Si al ser humano, se le anulan todas sus relaciones sociales, se le termina destruyendo y su vida se convierte en pura apariencia. Sin embargo, hay algo muy importante que agregar a las características anteriores:

***“Se humilde porque estas hecho de tierra. Se noble porque estas hecho de estrellas”.*** Proverbio serbio



Puesto que no sabemos lo que son las cosas en realidad, sino sólo cómo nos las representamos a nosotros mismos, ¿Por qué no representárnoslas de manera que aumenten las posibilidades nuestras y de otros, en vez de crear limitaciones?

(Tony Robbins)

# **INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA**

**Ahora, busquemos una visión más amplia de la vida que nos lleve a identificar los rasgos principales de las personas eminentemente inteligentes.**

**El universo es inmenso y es esto precisamente lo que crea en los seres humanos una sensación de entusiasmo, asombro y a la vez espanto, que provoca todo tipo de preguntas espirituales, sobre el sentido de nuestra existencia, misión y lugar individual en ese universo. Y precisamente porque el universo es inmenso:**

**La tierra no es más que uno de los 9 planetas del sistema solar que giran alrededor del sol.**



**Teijero (2015c)**

# **INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA**

**El sol es cientos de miles de veces más grande que la tierra, pero no es más que una pequeña muestra de los diez mil millones de soles, que componen la galaxia local donde giramos.**

**Nuestra galaxia es una entre el millón de millones de galaxias todas a millones años luz entre ellas y separadas a una distancia tan grande, que ni viajando 100 años a la velocidad de la luz sería posible cruzarla.**



**Teijero (2015c)**

# **INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA**

**Las personas espiritualmente inteligentes para Buzan (2008a):**

- **Tratan de ser conscientes de lo grande que puede ser todo ser viviente y de la inmensa y gigantesca belleza del universo.**
- **Sienten amor y respeto por la naturaleza.**
- **Tienen inspiraciones espirituales que muestran a través de la música y la poesía.**
- **Narran que ver la muerte de cerca les ha ayudado a salir de su insensibilidad espiritual.**
- **Están convencidas que pueden cambiar las cosas.**
- **Ven el mundo en positivo. Siempre afirman por supuesto que sí.**
- **Todo lo que dicen afecta a su entorno y a las personas que te rodean.**



**Teijero (2015c)**

# **INDAGA SOBRE UNA NUEVA VISIÓN GLOBAL DE LA VIDA**

**Si piensas en positivo, aumentan considerablemente tus intenciones de hacer algo que salga bien. Esto te hace influir en la raza humana y en el planeta de forma positiva y elegir un espíritu inmortal que le brinda placer y felicidad a tu vida.**

**Teijero (2015c)**



## **Tema 3**

# **Investiga sobre los valores espirituales del ser humano**

**Hablar de valores para nos lleva a pensar en la educación para toda la vida. Educar en valores refiriéndonos a los pensamientos del maestro San Agustín, nos permite referirnos en primera instancia al significado de la palabra Educar. San Agustín no dice que Educar, significa sacar el corazón del educando de una situación de presente para llevarlo más allá, hacia su futuro como persona y como miembro de una comunidad. Educar, significa despertar y estimular lo bueno, lo verdadero, lo bello, lo justo y lo noble que ya posee el educando, es encender la luz interior del discípulo para que él mismo descubra la verdad que existe dentro de todo ser humano.**



**Teijero (2013a; b; c, 2014, 2015d)**

# **INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO**

**Educar, es ayudar al educando a discernir los valores fundamentales que constituyen la meta del hombre y colman de sentido su existencia, liberándola de los espejismos y las apariencias. Además, nos reitera, que Educar, es diseñar un proceso de enseñanza y aprendizaje que permita a los alumnos, construir de forma racional y autónoma su propia escala de valores. Sin embargo, para comenzar la investigación sobre los valores de los seres humanos veamos los siguientes videos:**

**<https://www.youtube.com/watch?v=J1H0387y1vQ>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=tiDry0kgGMQ>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=HHCgpikk-tc>**



**Teijero (2015c)**

# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

**Para San Agustín, Educar en Valores es acentuar que el ser humano es un potencial viviente de energías y valores humano-divino y que la labor del docente no es aportar conocimientos, sino desplegar sus valores latentes e inculcarlos en los educandos. Los valores San Agustinos se basan en: la interioridad, honestidad, responsabilidad, respeto, solidaridad, obediencia, confianza, fe, búsqueda continua de la verdad, amistad, libertad y comunidad.**

**Teijero (2013a; b; c, 2014, 2015d)**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

**Pero también nos referimos a los valores personales y los profesionales. Los valores personales, como las normas que se establecen en el interior de cada persona que los impulsan a vivir bien para ser mejor. Entre estos se encuentran: la cordialidad y la cercanía, paciencia, creatividad y decisión, apertura y reflexión, seguridad en sí mismo, capacidad de trabajo, facilidad de comunicación, humildad, entereza y autoridad.**

**Teijero (2013a; b; c, 2014, 2015d)**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

Por su parte, los valores profesionales según Chrissy Scivicque, gerente senior de contenidos en Office Arrow, son los principios que guían las decisiones y acciones de los profesionales en su trabajo diario. Estos valores son: buena preparación, capacidad investigadora, capacidad de organización y planificación, motivación, responsabilidad, observación y orientación, habilidad manual y disposición a la formación continua durante toda la vida.

(Teijero, 2015d)



# **INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO**

**Existen ciertos valores universales que usualmente son practicados en todas las profesiones. Estos valores universales son: no dañar, ser honesto, mantenerse juntos, balanceados así como, dispuestos a triunfar. Aunque estos valores parecen ser intuitivos, no adherirse a ellos puede causar un daño importante profesional, económico y social en el ser humano.**

**Teijero (2015d)**



# **INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO**

**Además, existen los denominados valores espirituales que son aquellos que van desarrollando al hombre a lo largo de su vida y le brindan un valor interior que puede generar o influir en los valores morales. Estos valores significan esencialmente buenas costumbres y moralidad. Según la Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris (2004), los valores espirituales están relacionados entre sí como si de una gran familia se tratase. De la paz y la felicidad surge la alegría interior. Este estado de plenitud despierta el amor y la paz con él, el deseo de dar y compartir.**



**Teijero (2015d)**

# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

**Cuando pierdes la paz, lo pierdes todo. Cuando estás en paz puedes escuchar con atención y estar completamente presente. Esto es un acto de amor que los seres humanos agradecen. De la paz nace el amor y se manifiesta en la forma de respeto y aceptación. El amor no es sólo un sentimiento que se demuestra en las palabras y en las acciones. El amor es la fuerza que te da vida. Cuando recibes amor pierdes el miedo y eres capaz de dar lo mejor de ti mismo.**



Teijero (2015d)

# **INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO**

**La forma práctica del amor es el respeto. Respeto, por su parte significa aceptar que cada individuo es único y distinto pero, que a la vez, tiene algo importante y valioso que aportar. Ser feliz es el fruto de apreciar todo lo que la vida ofrece a cada ser humano y a cada momento. Amar las cosas sencillas es humildad. Significa respetar todo aquello que la vida te presenta. Significa apreciar y valorar cada cosa en su medida. Significa permanecer enfocado en la paz interior y no perder el bienestar personal.**



**Teijero (2015d)**

# **INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO**

**Para Buzan (2008a), los valores son los códigos de conducta de los seres humanos, los principios sobre los cuales se fundamenta la vida, desde las enseñanzas que recibimos de nuestros padres, que posteriormente complementamos con nuestros compañeros, profesores, nuestras creencias religiosas y lo que recibimos de nuestra vida como ser eminentemente emocional, social y espiritual. “Los valores son la ética y las reglas de conducta que nos establecemos para nosotros mismos, y normalmente incluyen conceptos tan universales como veracidad, honestidad, imparcialidad, justicia, honor, etcétera” (p.53). Estas reglas de conducta son esenciales para la supervivencia personal y social de los seres humanos.**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

***“El pensamiento se manifiesta con la palabra,  
la palabra se manifiesta como el acto,  
el acto se convierte en hábito,  
y el hábito se consolida en el carácter.***

***Observa el pensamiento y sus formas con cuidado.***

***Y deja que surja del amor  
que nace de la preocupación por todos los seres”.***

**Buda**



**Teijero (2015d)**

# **INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO**

**Los pensamientos del ser humano para Buzan (2008a), no son simplemente cosas vagas, sino señales electromagnéticas y bioquímicas reales que transmiten mensajes a través de nuestra red de células cerebrales. Lo más importante es que un pensamiento se transmite a través de un camino concreto, su recepción es cada vez más fácil aumentando la probabilidad, que ese pensamiento tenga un efecto satisfactorio y deseado. El pensamiento negativo produce negatividad, mientras que el pensamiento positivo mejora la salud, las perspectivas, la creatividad y muchas cosas más.**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

El poder del pensamiento permite según Buzan (2008a), a los seres humanos recobrar el control de su propia vida y deshacerse de ideas falsas como que te persigue la mala suerte. El ser humano es el que crea su buena o mala suerte, lo que te permite responsabilizarte a ti mismo de tus acciones.

*“Quienquiera que interceda para el bien  
forma parte del mismo;  
y quienquiera que interceda para el mal  
también lo comparte”*

**Mahoma**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

**La verdad y la honestidad son estados naturales del cerebro afirma Buzan (2008a). “(...) los seres humanos somos honestos por naturaleza y que tendemos hacia la verdad” (p.56). El cerebro del ser humano es un mecanismo buscador de la verdad, porque necesitamos conocer la verdad para poder sobrevivir. “Necesitamos conocer la verdad sobre toda causa y efecto, necesitamos saber qué es lo que está pasando a nuestro alrededor, dentro y fuera del alcance inmediato de nuestros sentidos, necesitamos conocer la verdad” (p.57).**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

**Cuando el ser humano busca la verdad, según Buzan (2008a), lo cual es la tendencia del cerebro natural, se está ayudando a sí mismo y a las demás personas a sobrevivir. “(...) cuando no eres honesto contigo mismo ni con los demás, estas reduciendo tus posibilidades de sobrevivencia” (p.58). Estás aumentando la probabilidad de que tú y los demás actúen basándose en información falsa, y por consiguiente, puedes cometer errores de conducta y acciones que pueden poner en peligro tus propios intereses. Siempre responderás que la búsqueda de la verdad a largo plazo es la mejor opción de vida para el ser humano.**



# INVESTIGA SOBRE LOS VALORES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO

## DONDE SE DEBEN SEMBRAR LOS VALORES

### EN NUESTRO CORAZÓN

Los valores Morales y espirituales deben ser sembrados en el corazón de cada persona.

*“Porque somos hechura suya, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios preparó de antemano para que anduviésemos en ellas.”*

Efesios 2:10 y Salmo 119 : 9 , 11 dicen :

*“¿Con qué imploraré el joven su camino?, Con guardar tu palabra. Con todo mi corazón te he buscado; No me dejes desviarme de tus mandamientos. En mi corazón he guardado tus dichos, para no pecar contra ti.”*

## **Tema 4**

### **Busca una nueva visión y propósito de vida**

**En el sentido del propósito de la vida de los seres humanos, la visión según Buzán (2008a), se define como la habilidad para pensar o planificar el futuro con imaginación y sabiduría, incorporando una imagen mental de cómo puede ser y será ese futuro. Todo ser humano como visionario va a pensar en su propio futuro con imaginación, sabiduría y un poco de ayuda de algunos pensadores de todos los tiempos. “Tu visión de vida, tu plan o producto es la meta a la que aspiras y la luz que guía tu vida”. Si tu meta es espiritual, tiene que ser personal y transpersonal” (p. 65).**

***“Cuando no hay visión, la gente perece”***

**Proverbio 29:18**



## **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Para Buzan (2008a), de nada vale aparentar felicidad, poseer mucho dinero y ser exitoso, si el ser humano no posee una visión y un propósito en la vida. Ese sentimiento de que debe haber algo en la vida además de la felicidad, el dinero y el éxito es lo que “(...) está conduciendo a un número de personas cada vez mayor a cuestionarse, evaluar y cambiar radicalmente sus vidas” (p.66). Eso quiere decir, que esas personas están desarrollando su inteligencia espiritual.**



## **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Efectivamente, como afirma la psicóloga Vaughan (2012), las personas están empezando a darse cuenta, que además la auto-conciencia, implica ser conscientes de nuestra relación con lo trascendente, con cada uno de nosotros, con la tierra y todos los seres humanos que la habitan. Y “(...) cuanto más grande es la meta que te has propuesto en la vida, mayor será el impacto que causarás en quienes te rodean y en la historia” (p.66).**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Ahora bien, antes de continuar hacia el encuentro con la fórmula de la visión espiritual de la mano con los planteamientos del maestro Buzan, vamos a profundizar algo más en el propósito y en el sentido de la vida. Primeramente, veamos cómo buscar un propósito y un sentido de vida a través de cuatro videos.**

**[https://www.youtube.com/watch?v=\\_ELMOsOuRyo](https://www.youtube.com/watch?v=_ELMOsOuRyo)<https://www.youtube.com/watch?v=jv-jK5BgmU>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=S9WeuRBTP24>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=HX4gmhauGr0>**



# BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA

**Los seres humanos siempre encontramos  
un propósito de vida**

**El propósito de vida puede ser definido como el sentido que el ser humano otorga a su vida. Basado en las preguntas ¿quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿para qué estoy aquí? y ¿hacia dónde voy? Estas interrogantes funcionan como el motor impulsor de la vida. La voluntad de ahondar en nuestras raíces, de buscar en nuestra esencia, de encontrar quiénes somos realmente y por qué motivo existimos, no sólo caracteriza a todos los seres humanos, sino que nos impulsa a cuestionarnos, evaluarnos y cambiar radicalmente nuestras vidas.**



(Teijero, 2015e)

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre encontramos  
un propósito de vida**

**Para Buzan (2008a), buscar el propósito de nuestra existencia requiere de una gran voluntad, ya que se convierte en una gran decisión que repercutirá en nuestras vidas. Cuando se comprende que no se debe hacer daño de manera deliberada a un ser humano, se está en condiciones reales de no hacerlo. De igual modo, cuando se logra visualizar un futuro donde somos libres de conocer el mundo, de descubrirnos a nosotros mismos en cada paso que damos, entonces resulta imposible quedarse tranquilo y se sale a buscar el verdadero propósito de nuestra vida.**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre encontramos  
un propósito a la vida**

**Todo ello, va precedido de cuál es nuestra verdad, en qué realmente creemos. Si creemos que no existe un propósito en nuestras vidas, que somos simplemente materia dentro de un ciclo eminentemente biológico o si realmente creemos, que existe un propósito en nuestras vidas que se orienta hacia una vida emocional, social, espiritual, llena de cosas nuevas en el campo familiar, científico, entre otros.**



**Teijero (2015e)**

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre encontramos  
un propósito de vida**

**La sensibilidad con que cada ser humano trate estos asuntos define su propia personalidad. El ser humano es por naturaleza propia eminentemente creador, sueña a diario con algo nuevo, novedoso e interesante. En mejorar su modo de vida, en ayudar a los demás, en preservar la naturaleza, en crecer espiritualmente y eso lo hace un ser humano eminentemente inteligente y espiritual.**



**Teijero (2015e)**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Ahora, intentemos buscar nuestro sentido de la vida. Podríamos preguntarnos según Buzan (2008a), ¿cuál es el sentido de la vida?, ¿quiénes somos?, ¿por qué estamos aquí?, ¿para qué estamos aquí?, ¿cuál es el origen de la vida?, ¿cuál es la naturaleza de la vida?, ¿cuál es la naturaleza de la realidad?, ¿cuál es el propósito de la vida?, ¿cuál es el significado de la vida?, ¿qué es lo significativo y valioso en la vida?, ¿cuál es el valor de la vida?, ¿cuál es la razón para vivir?, ¿para qué estamos viviendo?. Dar respuestas a estas preguntas podría ayudarnos a encontrar un sentido a nuestras vidas.**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**No podemos olvidar que nuestras vidas transcurren en un mundo donde impera la prisa, la emoción, el ímpetu, el estrés, acompañado del continuo deseo de hacerlo y obtenerlo todo de inmediato. Hemos perdido el concepto de esperar. Por ello, encontrar la visión real de nuestras vidas requiere de mayor profundidad de análisis, de determinar hacia dónde realmente queremos orientar nuestro destino, requiere que nos sumerjamos en un mundo donde lo espiritual prevalezca dentro de nuestra inteligencia.**

**Teijero, (2015e)**

# BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA



**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Buscar un sentido de la vida también encontró eco en la filosofía antigua griega a través de Platón y Aristóteles. Platón, fue uno de los primeros y más influyentes filósofos, especialmente representando la corriente idealista, que creyó en un sentido común de la vida. En su Teoría de las Formas, lo común no existe físicamente, como objetos, sino como formas celestiales. Para el Platonismo, el sentido de la vida se halla en la consecución de una forma superior de conocimiento, la cuál es la idea del bien, de la cuál todo lo bueno y lo justo obtiene utilidad y valor.**

Teijero (2015e)



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Por su parte, Aristóteles fue otro filósofo influyente que argumentaba, que el conocimiento ético no es conocimiento certero (como la metafísica y la epistemología), sino que es un conocimiento general. Argumentaba Aristóteles, que como el conocimiento ético no es una disciplina teórica, una persona lo debe estudiar y ponerlo en práctica para que se convierta en bueno, permitiendo que la persona se convirtiera en virtuosa. Afirmaba, que no era meramente el estudio de lo que es la virtud, sino que la persona habría de ser virtuosa desarrollando actividades honestas.**

**Teijero (2015e)**



# BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Arisitóteles advierte, que la virtuosidad se atribuye a:**

***“Todas las artes, todas las indagaciones metódicas del espíritu, lo mismo que todos nuestros actos y todas nuestras determinaciones morales, tienen al parecer siempre por mirar algún bien que deseamos conseguir; y por esta razón ha sido exactamente definido el bien, cuando se ha dicho, que es el objeto de todas nuestras aspiraciones”.***

**Moral a Nicómaco. Libro primero. I**

**Teijero (2015e)**



## **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Por ello, para hacer realidad nuestros potenciales e ideales, deseamos ser libres; crear, perseguir y vivir nuestros sueños; definir nuestros propios objetivos de vida; mostrar interés para representar algo; marcar la diferencia entre algo nuevo y algo vivido; expandir los potenciales en la vida, que nos permiten convertirnos en la persona que deseamos ser; buscar la felicidad y la prosperidad en cada acto que realizamos; ser una persona real y auténtica; ser capaz de poner todo de uno mismo en sus sentimientos, en sus obras, en sus creencias; crear, seguir y someterse siempre a nuestro propio destino; así como, vivir una vida floreciente, llena de alegría y de espiritualidad.**

**Teijero (2015e)**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de la vida**

**Para buscar la sabiduría y el conocimiento, debemos divulgar nuestra percepción del mundo; saber encontrar la verdadera pista, seguirla y caminar siempre hacia la salida; aprender, profundizar y consolidar tantas cosas como sea posible; buscar la sabiduría, el conocimiento y entrenar la mente, mientras evitamos el sufrimiento causado por la ignorancia y la búsqueda de la felicidad; enfrentar nuestros miedos y aceptar las lecciones que la vida nos ofrece; hallar un sentido y un propósito a la vida; así como, encontrar una razón para vivir y para resolver el desequilibrio de la mente, mediante la comprensión de la naturaleza de la realidad.**

***"Cada vida que tocas te volverá a tocar"***

**Anónimo**

**Teijero (2015e)**

# BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA

Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida

Para buscar un sentido a la vida los seres humanos hacemos cosas buenas para con nosotros mismos y para con los demás y para ello hacemos del mundo el mejor lugar donde encontrarnos, hacer lo mejor para dejar una marca significativa y beneficiar a los demás. Entregar más de lo que recibimos, terminar con el sufrimiento, crear y luchar por la igualdad, enfrentar la opresión, distribuir la riqueza, ser generoso, contribuir en el bienestar y el espíritu de los demás. Is demás.



Teijero (2015e)

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de la vida**

**Ayudar a otros y ayudarnos mutuamente, ser creativo e innovador, saber perdonar, aceptar y perdonar los defectos humanos, ser emocionalmente sincero, ser responsable, ser honorable y buscar siempre la paz. Para alcanzar la sabiduría espiritual, queremos siempre alcanzar el Cielo y estar en el corazón del Divino; tener un alma pura y experimentar a Dios; comprender el misterio de Dios, conocer a Dios; conocerse a uno mismo; conocer a otros y conocer el testamento del Cielo; alcanzar la unión con Dios; así como, llegar a ser la totalidad que ya somos.**



**Tejero (2015e)**

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Para amar, sentir y disfrutar la vida, los seres humanos, amamos al prójimo como a nosotros mismos. Amar y tratar a los demás como querrías que te amaran y te trataran a ti; amar a quienes tienen un valor importante en tu vida; acaparar, dar curso y aprovechar cada sensación agradable que uno tenga; buscar la belleza en toda sus formas y dimensiones; divertirse y disfrutar la vida; buscar el placer; evitar el dolor y a la vez ser compasivo con uno mismo y con los demás.**



**Teijero (2015e)**

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**Dejarse llevar, conmoverse y actuar positivamente con amor y compasión, ante el dolor de los demás; amar al prójimo lo mejor posible; amar algo más grande, bueno y más allá de uno mismo, algo que no podemos crear o tener, el poder de crear; algo intangible y hecho sagrado por nuestra propia creencia en ella, amar a Dios y a todas sus creaciones; así como comer y beber en familia, con los amigos de manera alegre y gratificada; para así, ser eminentemente felices durante toda la vida.**



**Teijero (2015e)**

# BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de la vida**

***“Para los que quieren, vigilan, o quieren amarse contra el poder. Mientras hay quienes juegan con el poder y lo pierden todo por un error fatídico, otros van demasiado lejos o se quedan cortos. Entretanto, hay quienes se mueven de manera adecuada y consiguen hacerse con el poder con una destreza casi sobre humana”.***

**Robert Greene**

**Teijero (2015e)**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**El poder se puede definir como la facultad, habilidad, capacidad o autorización para llevar a cabo una determinada acción. El poder implica también poseer mayor fortaleza corporal e intelectual en relación a otro individuo y superarlo en una lucha física o en una discusión. Para Greene (1999), “El poder es un juego social. Para aprender a jugar y jugar bien, hay que estudiar y entender a la gente” (p.24). Para Korda (2000), “Toda la vida no es sino un juego para alcanzar el poder. El objetivo del juego es bastante sencillo; saber que quieres y alcanzarlo (p.15).**



**Tejero (2015e)**

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

**En la búsqueda de un sentido a la vida para tener poder y utilizarlo, para satisfacer tu objetivos en la vida y ser cada día mejor se debe, luchar por el poder y aspirar a gobernar el mundo. Conocer, amar, transformar, cuidar y llegar a dominar la naturaleza. Cuidar la Tierra, luchar por mantener las cosas buenas en su sitio y cambiar aquellas que no funcionen bien, así como obtener tu absoluta, libertad y preservarla como uno de los bienes más preciados que tenemos los seres humanos.**



**Teijero (2015e)**

# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

## **La fórmula de la visión espiritual**

**Cuando refinas tu visión de la vida, aparecerá inmediatamente un nuevo propósito que afectará tu conducta, acciones y cambiará tu visión diaria, dando a tu vida un nuevo rumbo que atraerá a personas, ideas y formas nuevas de energía.**

**(Teijero, 2015e)**



# **BUSCA UNA NUEVA VISIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA**

**Los seres humanos siempre buscamos  
un sentido de vida**

## **La fórmula de la visión espiritual**

**La fórmula para crear un propósito de vida eficaz se compone de dos elementos (Buzan, 2008a):**

**Ha de tener una visión personal, lo que quiere decir que tendrás que decir Yo.**

**Te has de comprometer con la acción, por lo que no puedes decir, deseo, espero o puedo. Sino ha de ser positiva.**

**Un ejemplo de cómo proponerse dichas metas lo decía Isaac Newton: “Estoy buscando la verdad”.**



**(Teijero, 2015e)**

## Tema 5

### Compréndete a ti mismo para poder comprender a los demás

Los seres humanos somos esencialmente espirituales nos dicen Zohar y Marshall (2001), porque sentimos la necesidad de preguntarnos cuestiones fundamentales» o sustanciales como: ¿por qué nací?, ¿cuál es el significado de mi vida?, ¿por qué debo seguir adelante cuando me siento cansado, deprimido o frustrado?, ¿qué hace que todo esto valga la pena? Es la que nos empuja y define un deseo específicamente humano de hallar sentido y valor a lo que hacemos y experimentamos. “Deseamos ver nuestras vidas en un contexto más amplio y significativo, se trate de una familia, la comunidad, un club de fútbol, el trabajo de nuestra vida, nuestro marco religioso o el mismo universo” (p.20).



Teijero (2015f)

# COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

Deseamos algo a que podamos aspirar, algo que nos lleve más allá de nosotros mismos y del presente, algo que nos proporcione valor a nosotros mismos y a lo que hacemos. Algunos antropólogos y neurobiólogos entienden que este deseo de significado y el valor evolutivo, que confiere es lo que hizo bajar a los hombres de los árboles hace dos millones de años. **“La necesidad de que las cosas tuvieran sentido, dicen, dio paso a la imaginación simbólica, a la evolución del lenguaje y al extraordinario crecimiento del cerebro humano”.** Veamos a continuación dos videos que nos ilustran el tema a tratar.

<https://www.youtube.com/watch?v=-PJptpE4pfY>

<https://www.youtube.com/watch?v=W6c3drb3C8E>



Teijero (2015f)

# COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

Los seres humanos sentimos compasión por los demás. Buzan (2008a), afirma que la compasión es expresar comprensión e interés por los demás en pensamiento y acción “Es llegar a los demás con espíritu de amor y de respeto. Una persona espiritualmente inteligente y compasiva estará comprometida con los demás y se responsabilizará de ayudarles” (p.75). La primera persona con la que has de ser compasiva es contigo mismo y responsabilizarte en todo lo que puedes ser.



# COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

***“La razón primordial para unir las energías dualistas de nuestras relaciones es aprender a honrarnos mutuamente. Gran parte del modo en que respondemos a los retos internos viene determinado por cómo nos respondemos a nosotros mismos. Además de todas las relaciones que tenemos con las personas, también hemos de crear una relación sana y buena con nosotros mismos”***

**Carolyn Myss**

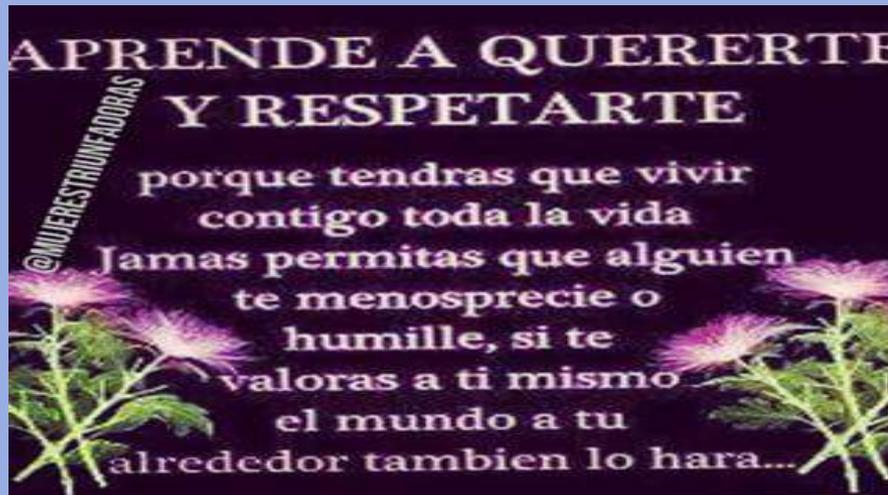
**Teijero (2015f)**



# COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

**A continuación vamos a analizar cómo conocernos, comprendernos, comprender a los demás y ser capaces de tratarnos cada vez mejor al igual que a nuestro prójimo, a los animales y a las cosas que forman parte de nuestro mundo.**

***“Conocerse a uno mismo es la tarea más difícil porque pone en juego directamente nuestra racionalidad, pero también nuestros miedos y pasiones. Si uno consigue conocerse a fondo a sí mismo, sabrá comprender a los demás y la realidad que lo rodea”.***



**Alejandro Magno**

**Teijero (2015f)**

# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

## **Primero, conócete a ti mismo a través del autoconocimiento**

**A través del autoconocimiento aprendemos a desenvolvernos con eficacia en la vida y a saber afrontar nuestro día a día de manera óptima. Saber cómo somos, qué sentimos o qué metas queremos alcanzar son capacidades, que se asocian a nuestra propia forma de vida. Conocernos a nosotros mismos es entender quiénes somos, saber identificar nuestras emociones y actuar en consecuencia con ellas.**



**Teijero (2015f)**

# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**Esto nos permite comprender a los demás y comunicarnos con ellos, teniendo en cuenta sus diferentes estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y habilidades. Incluye la capacidad para establecer y mantener relaciones sociales y para asumir diversos roles dentro de grupos. Habilidades que nos permiten regular nuestro comportamiento, resolver problemas de modo eficaz y tomar decisiones.**



**Teijero (2015f)**

# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**El autoconocimiento es conocimiento de uno mismo, es aprender a identificar nuestras capacidades, pero también nuestras limitaciones. Esto nos ayuda a planificar metas de manera realista para evitar frustraciones futuras. Las personas dotadas de inteligencia emocional o intrapersonal saben dominar sus emociones y adecuarlas a las circunstancias. Para potenciar tu inteligencia intrapersonal debes aprender a controlar tus emociones. Sin embargo, controlar no significa no sentir, sino saber cómo actuar ante esa emoción o sentimiento.**



**Teijero (2015f)**

# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**También puedes aprender a identificar las emociones negativas para transformarlas en positivas. Cuando te sientes molesto, analiza el motivo que te hace estar así e intenta reconducirlo. Una forma es reírte de alguna cosa insignificante, así transformarás lo negativo en positivo. Además, puedes intentar viajar por tu interior, aceptarte a ti mismo y te conocerás mejor. Este es el principio del autoconocimiento. Puedes hacer una lista de tus virtudes y otra de tus defectos. Pídele a alguien cercano que haga lo mismo para conocer qué imagen tienen de ti. Compara ambas listas e intenta mejorar aquello que no te guste.**



**Teijero (2015f)**

# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

## **Ahora, comprende a los demás**

**No hay manera de que puedas hacer cambiar a las personas difíciles para que, de pronto, sean agradables y receptivas. Ese cambio sólo se produce cuando las personas interesadas lo desean y trabajan para conseguirlo. De modo que, si usted no puede cambiarlas, lo único que puede hacer es cambiar su forma de reaccionar frente a ellas. Por ello, en vez de molestarse aprenda a comunicarse y transmítales buenas reacciones para que ellas intenten hacer lo mismo. Toda comunicación se basa en la reacción y en la respuesta a esa reacción. Recuerda que para Riveiro (1997a), la vida es como un eco, si a usted no le gusta lo que recibe de los demás, preste atención a lo que usted mismo emite.**

**Teijero (2015f)**

## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**La comunicación según Riveiro (1997a), es la más básica y vital de todas las necesidades después de la supervivencia física. La comunicación interpersonal ha servido a lo largo de la historia, para que los seres humanos se entiendan, conversen consigo mismo y cooperen. Sin embargo, esto no basta para una buena comunicación. “Para que el conocimiento no permanezca en el fondo del océano de la mente, lo que realmente importa es la capacidad de transmitir nuestros mensajes, nuestros pensamientos y sentimientos” (p.11).**



## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**La comunicación no sólo se establece con palabras, realmente ellas representan sólo el 7 por ciento de la capacidad que tienen las personas en influir en los demás. Para comunicarse correctamente se necesita, antes de pronunciar cualquier palabra, formar una estructura de pensamientos que dé más poder a la comunicación. Se requiere del tono de voz y el lenguaje corporal (Riveiro, (1997a).**



# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**La voz humana consiste en un sonido emitido por una persona mediante el uso de las cuerdas vocales, lo cual le permite cantar, reír, llorar, gritar, entre otras. Para ello, los pulmones deben producir un flujo de aire adecuado para que las cuerdas vocales vibren. Las cuerdas vocales son una estructura vibradora, que realizan un ajuste fino de tono y timbre.**

**Teijero (2015f)**



## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**De igual forma, los articuladores (tracto vocal) consisten en lengua, paladar, labios, entre otras que articulan y filtran el sonido. Las cuerdas vocales, en combinación con los articuladores, son capaces de producir grandes rangos de sonidos. El tono de la voz se puede modular para mostrar emociones tales como, la molestia, la sorpresa y la alegría. Todos ellos constituyen factores importantes para lograr una buena comunicación.**



**Teijero (2015f)**

# **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**Una verdadera comunicación se logra cuando utilizamos la palabra, un adecuado tono de voz y el lenguaje corporal que se ajusta a lo que queremos transmitir. Para Riveiro (1997a), cualquier persona puede ser un buen comunicador. El buen comunicador entra en sintonía con la otra persona, establece una comunicación plena y crea una conexión perfecta, al extremo que no se da cuenta del tiempo que transcurre.**



## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**En síntesis, si usted cambia sus propias reacciones, tanto internas como externas, logrará que las personas más difíciles reaccionen de forma diferente. Gritar no es una buena forma de manejar situaciones ni siquiera con la familia. Recuerde que cada uno reacciona de una forma diferente con las personas problemáticas, porque todos partimos de un punto de vista distintos.**

**Teijero (2015f)**



## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**No hay dos personas que se vean a sí mismas de la misma manera, una puede estar calmada y serena, otra demasiado segura de sí misma, mientras que otra puede padecer de baja autoestima. Usted puede determinar cuando una persona posee buena o mala autoestima. Según Riveiro (1997b), una persona con buena autoestima es ambiciosa sin ser codiciosa, poderosa sin ser opresora, auto afirmativa sin ser agresiva e inteligente sin ser pedante.**



**Teijero (2015f)**

## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**Es fácil sentirse herido, desvalorizado y desmoralizado por las palabras y las acciones de los demás; de hecho, eso es lo que pretenden y lo que les otorgan poder a estas acciones. Sin embargo, si usted permite que lo hieran está dejando que le ganen y eso no es bueno ni para usted ni para la persona que lo ataca. La forma de superar las dificultades que van surgiendo es ser más inteligente, que esas personas e influir en sus respuestas, lo cual se puede hacer sin que la otra persona ni siquiera se percate de ello.**

**Teijero (2015f)**





desmotivaciones.es  
Sentirse bien con uno mismo  
no tiene precio, pero hace que tu valor aumente

## COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

**Cuevas (2014), recomienda 10 formas para tratarse uno mismo, que nos harían sentirnos mejor e incluso hacer sentir mejor a los demás, estas formas son:**

- 1. Deja de exigirte tanto.** Ten paciencia, los seres humanos evolucionan de forma paulatina. Se trata de un proceso que no ocurre de un día para otro.
- 2. Hazte tu propia prioridad.** Deja de cargarte de responsabilidades que no te tocan. Hazte tu prioridad y haz lo que necesitas hacer por ti mismo primero. Luego podrás compartir ese amor que traes dentro con otros.
- 3. Háblate bonito.** La manera como te hablas es crucial para mejorar tu autoestima y satisfacción personal, si te hablas con groserías, te insultas, te regañas y te reprimes, los demás harán lo mismo contigo y terminarás sintiéndote mal.



**Sentirse bien con uno mismo**  
no tiene precio, pero hace que tu valor aumente

## **COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS**

**10 formas de tratarse a uno mismo que nos harán sentirnos mejor (cont.)**

**4. Cuídate de no pasarte en las cosas que haces.** No sobrepases tus horas de trabajo, la comida, el alcohol o la diversión, todo exceso genera un desequilibrio interior y el desequilibrio no es bueno para tu salud mental y emocional.

**5. Espera lo mejor de ti.** Si tu desconfías de ti mismo, crees que no eres capaz, que siempre estarás en una situación que no puedes vencer, porque te has demostrado mil veces que no puedes y abandonas tu propia realidad, entonces, te estarás generando esa misma realidad que no quieres tener. Ten fe en ti, confía en que sí puedes y empíezate a generar esa nueva realidad. Espera siempre lo mejor de ti y terminarás convirtiéndote en quien realmente quieres ser.

(Teijero, 2015f)



Sentirse bien con uno mismo  
no tiene precio, pero hace que tu valor aumente

## COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

**10 formas de tratarse a uno mismo que nos harán sentirnos mejor (cont.)**

**6. Ten detalles contigo mismo.** Nadie mejor que tú sabes lo que te gusta. Quizás en vez de estar tan abrumando siempre debes regalarte un detalle, que implique descansar, unas buenas vacaciones en la playa o un recorrido por los lugares más hermoso de tu país o algún país extranjero. Ten detalles contigo como los tendrías con tu pareja o familiares cercanos y entonces, te convertirás en la persona que más amas tu propia vida y la de los demás.



Teijero (2015f)



Sentirse bien con uno mismo  
no tiene precio, pero hace que tu valor aumente

## COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

**10 formas de tratarse a uno mismo que nos harán sentirnos mejor (cont.)**

**7. Abandona la guerra interior.** No te sigas reclamando y culpando a ti mismo. No hables de más, piensa, medita lo que vas a decir, aprende a perdonarte y a sentir compasión por ti mismo. Trata de comprender por qué actúas como lo haces, déjate llevar con empatía a algún lugar donde te sientas en paz contigo, pero siempre en paz, nunca desde la lucha.

**8. Olvídate de la prisa.** La prisa nos pone en un estado de alerta y activación de nuestro sistema nervioso, provocando que un tiempo después estés agotado y estresado. Olvídate de la prisa y organiza tu tiempo, aprende a tenerte paciencia.



(Teijero, 2015f)



Sentirse bien con uno mismo  
no tiene precio, pero hace que tu valor aumente

## COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

**10 formas de tratarse a uno mismo que nos harán sentirnos mejor (cont.)**

**9. Ama tu cuerpo.** La manera que tratas tu cuerpo es un distintivo perfecto de que tanto te quieres. Si pasas todo el tiempo criticando tu cuerpo, significa que aún te falta por aprender a amarte a ti mismo tal y como eres. Sea como sea tu cuerpo, acéptalo, busca y encuentra su propia belleza y perfección.

**10. Acepta tus sentimientos.** Siéntete un verdadero ser humano. Deja de maldecirte, llorar y sentir enojo. Ahora, aprecia como tu cuerpo lo asimila y reacciona, canalízalo y descubre la nueva información que el universo te presenta.



Teijero (2015f)

# COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

**Ahora, Buzan nos confirma los beneficios de la compasión**  
Para Buzan (2008a), una persona compasiva es aquella que se identifica con el dolor de los demás, actúa entre los pobres, los enfermos, las personas que sufren de la indigencia. Aquellas personas que realizan trabajo social voluntario para ayudar a las personas que más lo necesitan, los que no tienen hogar, los que sufren de alguna enfermedad incurable. Esos que actúan a favor de los más necesitados.



**“La compasión es una limosna que el sano debe al enfermo.”**

*Video Tarot Online*

# COMPRÉNDETE A TI MISMO PARA PODER COMPRENDER A LOS DEMÁS

“Si un día tienes que elegir entre el mundo y el amor, Recuerda: Si eliges el mundo quedarás sin amor, pero si eliges el amor, con él conquistarás al mundo”

*Albert Einstein*



La compasión  
es una virtud  
que sólo se adquiere  
cuando se ha  
experimentado  
el mismo estado  
que el prójimo.

*Camino al despertar*

## Tema 6

### Utiliza la risa y el humor para darle sentido a la vida

**El sentido del humor afirma Buzan (2008a), es una de las principales cualidades de la inteligencia espiritual. Se destacan entre sus beneficios la reducción del estrés, mejora general de la salud, así como, la posibilidad de cultivar más y mejores amistades. Conduce a una vida más feliz, alegre y duradera. Te permite ver las cosas desde adentro. Es una forma estupenda de disminuir tensiones y unir a las personas de diferentes clases. “Proporciona un vehículo común para la humanidad” (p.105).**



# UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

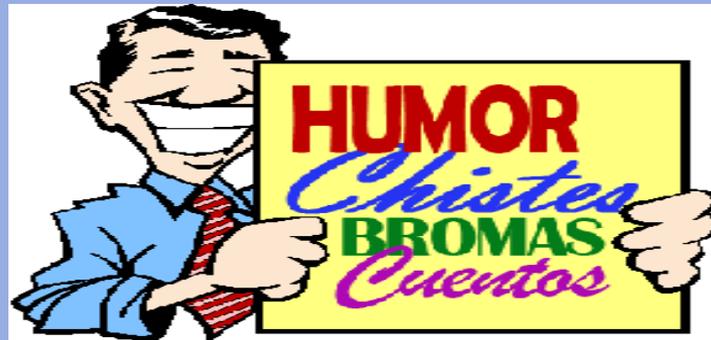
El humor alude al misterio que rodea el acto gracioso, el efectismo buscado y la reacción espontánea. Pero sobre todo, a la inconsciencia que siempre deja expresarse a través de la risa. Quizás el arte más elevado de todos los seres humanos sea reírse plenamente de sí mismo. Es casi un bálsamo perenne que protege de cualquier angustia externa. Pero, antes de comenzar el discurso veamos los siguientes videos.

<https://www.youtube.com/watch?v=CnXbXaGF5dg>

<https://www.youtube.com/watch?v=IGHIjWd0xLc>

<https://www.youtube.com/watch?v=rfk52ThQwJA>

[https://www.youtube.com/watch?v=ohD-3C-xW\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=ohD-3C-xW_o)



Teijero (2015g)

## UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

El humor ejerce un gran poder sobre el sexo. Durante años, afirma Buzan (2008a), nos han hecho creer que nuestros cuerpos y sus partes, especialmente los ojos, los pechos, las nalgas y muslos, así como los genitales son los principales atractivos sexuales. Sin embargo, encuestas realizadas sobre el atributo sexual, que más atrae a las personas el humor ocupa el primer lugar, ya que la risa abre la mente y los sentidos, que constituyen requisitos previos idóneos para hacer el amor.



# UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

Dosis diarias de humor visual y verbal se encuentran a diario entre los temas más populares que las personas leen a diario en el mundo entero. Si estas historias dejaran de publicarse pudieran perderse cientos de miles de lectores (Buzan, 2008a). “Cuando sonríes o ríes, tu cerebro instruye a tu cuerpo a liberar hormonas saludables. Las historietas cómicas son como nuestras dosis diarias de humor, tan eficaces y saludables como hacer ejercicio todos los días” (p.108).

*“Ríe y el mundo reirá contigo”*

Elia Wheesier Wilcox



# **UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA**

**La risa es una respuesta biológica producida por el organismo ante determinados estímulos. Estudios recientes sustentan que la risa es un sonido instintivo, contagioso, estereotipado y de control involuntario, que generalmente se produce cuando las personas están acompañadas. En los seres humanos la risa se inicia, en promedio, hacia los cuatro meses de edad y según estudios recientes constituye una forma de comunicación innata heredada e íntimamente relacionada con el lenguaje. Sin embargo, la risa también puede ser considerada como la invocación a la satisfacción, que se siente después que un luchador triunfa sobre su adversario.**



**Teijero (2015g)**

# UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

**Por otra parte, en todas las manifestaciones de humor existe un gesto de agresión, incluso en los casos más inofensivos. Un lactante se ríe, no como manifestación de agradecimiento, sino porque consiguió lo que deseaba. Algunos estudios recientes aluden a que el origen biológico de la risa humana, pudo estar en una expresión compartida de alivio después de pasar el peligro; el desánimo que sentimos detrás de reírnos puede ayudar a inhibir la respuesta agresiva, convirtiendo la risa en un signo de conducta que indica confianza en las personas.**



**Teijero (2015g)**

## **UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA**

**En el argot popular, la risa se considera una respuesta a momentos o situaciones de humor, como expresión externa de diversión, y relacionada con la alegría y la felicidad, Otros estudios sostienen que está motivada por un estímulo cómico poco cotidiano. Suele aparecer de forma más o menos simulada como complemento emocional de los mensajes verbales emitidos por las personas, así como en situaciones de estrés o en conductas de tipo lúdico como las cosquillas. Algunas teorías médicas atribuyen a la risa efectos beneficiosos para la salud y el bienestar debido a que libera endorfinas.**



**Teijero (2015g)**

## **UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA**

**La risa ayuda a curar la depresión, el estrés y la angustia. Nos ayuda a sentirnos mejor y más confortables. Limpia y ventila los pulmones. Algunos científicos afirman que mejora la oxigenación del cerebro y del cuerpo en general. Regulariza el pulso cardíaco. Ayuda a trabajar al aparato digestivo y regula el intestino. Relaja los músculos tensos. Disminuye la producción de hormonas que causan el estrés. Disminuye la presión arterial de la sangre. Ayuda a quemar calorías, ya que cuando nos reímos movemos unos 400 músculos de nuestro cuerpo aproximadamente.**



**Teijero (2015g)**

# **UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA**

**Reír 100 veces es equivalente a hacer 10 minutos de ejercicio aeróbico o hacer 15 minutos de bicicleta. Al reír se segregan endorfinas, unas drogas naturales que provocan euforia y efectos tranquilizantes y analgésicos. Se fortalecen los lazos afectivos. Se genera una mayor respuesta del sistema inmunológico ante la enfermedad. Sirve para descargar tensiones, potencia la creatividad y la imaginación. Incrementa la autoestima y la confianza en uno mismo. Es una fórmula eficaz para eliminar pensamientos y emociones negativos. Alivia el insomnio ya que producir una sana fatiga que el sueño repara con facilidad.**



**Teijero (2015g)**

## **UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA**

**Reírse, según Buzan (2008a), es la vía hacia una vida más feliz, saludable y larga. Estudios demuestran que la riza puede ayudar a evitar enfermedades del corazón. Las personas que se ríen a menudo y fuerte, que generalmente aprecian el lado divertido de las cosas, especialmente ante situaciones difíciles, tienen menos posibilidades de padecer ataques del corazón que las personas más serias que poco sonrían.**



# UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

Si quieres determinar tu propia puntuación risa-salud contesta de manera sincera las siguientes preguntas. Asigna a tu respuesta una escala entre 1 y 5 puntos, mientras más baja sea la puntuación más riesgos tienes de padecer enfermedades cardíacas (Buzan, 2008a).

**1. Si estás viendo un programa de televisión junto a tus amigos que sólo a ti te resulta divertido. ¿Cómo reaccionarías?**

- a. Llegaría a la conclusión de que no lo he entendido.
- b. Sonreiría para mí sin que se reflejara en mis labios.
- c. Sonreiría visiblemente.
- d. Me reiría en alta voz.
- e. Me reiría a pierna suelta.



Teijero (2015g)

# UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

**2. Un amigo te despierta con una llamada nocturna para decirte que está en la ciudad y que te llama para saludarte. Tu amigo está de broma y de muy buen humor y no para contar chistes. ¿Cómo reaccionarías?**

- a. No me haría ninguna gracia.**
- b. Me haría gracia pero no me reiría.**
- c. Podría reírme con algo divertido que me dijera mi amigo.**
- d. Podría reírme y responder con algo ingenioso.**
- e. Me reiría largo y tendido con mi amigo.**



Teijero (2015g)

# UTILIZA LA RISA Y EL HUMOR PARA DARLE SENTIDO A LA VIDA

**3. Has salido a comer con unos amigos y un camarero te tira una bebida con hielo por encima. ¿Cómo reaccionarías?**

- a. No me haría ninguna gracia.
- b. Me haría gracia pero no lo demostraría.
- c. Sonreiría.
- d. Me reiría.
- e. Me reiría a carcajadas.



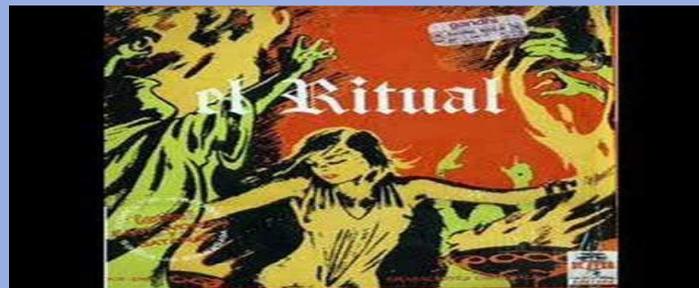
**4. La misma situación anterior, pero la bebida helada la derraman encima de uno de tus amigos. ¿Cómo reaccionarías?**

- a. No me haría gracia.
- b. Me haría gracia pero no lo demostraría.
- c. Sonreiría.
- d. Me reiría.
- e. Me reiría a carcajadas.

## **Tema 7**

### **Maneja el ritual sobre tu cuerpo, el cerebro y la vida**

**Un ritual son una serie de acciones realizadas por una persona con un carácter eminentemente simbólico. Responden a la palabra latina ritus que significa costumbre o forma de hacer algo. Están basados en alguna creencia, ya sea una religión, una ideología política, un acto deportivo, tradiciones, recuerdos o la memoria histórica de una comunidad, entre otras. Se realizan por diversas razones, tales como la adoración de un dios, un festejo nacional, la muerte de un miembro de una comunidad, entre otras. Sin embargo, es necesario diferenciar entre un ritual y una acción cotidiana, que se repite desde hace mucho tiempo, como por ejemplo al levantarse en la mañana y abrir las ventanas de la habitación.**



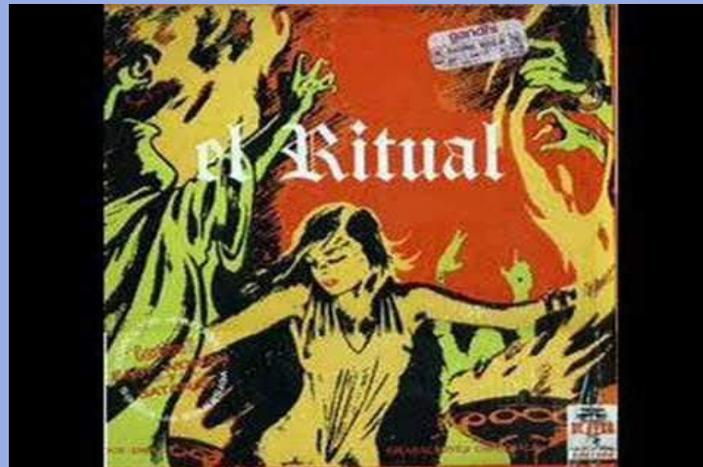
**Tejero (2015h)**

# **MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA**

**Los rituales son un conjunto de acciones que están relacionados a creencias, por lo tanto, son acciones especiales, diferentes a las ordinarias, aun cuando se puedan practicar a diario. Responden a una necesidad como por ejemplo la de realizar o reforzar alguna creencia, en el caso de los rituales religiosos. Ahora, veamos a través de un video el ritual para invocar al fantasma del espejo y posteriormente ¿Cómo son los rituales asiáticos?**

**<https://www.youtube.com/watch?v=MrCICNQf1Jk>**

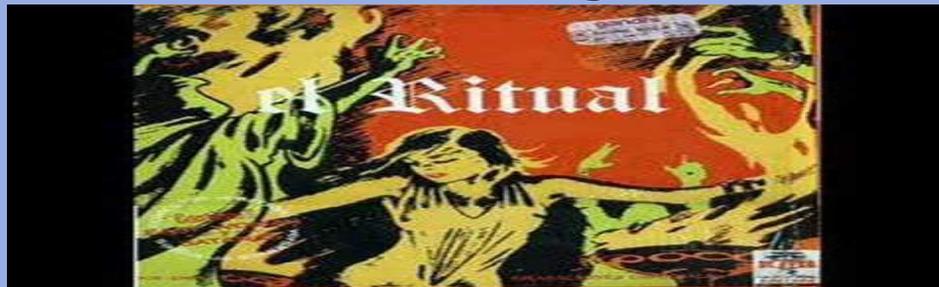
**<https://www.youtube.com/watch?v=qqPxOfwAc3g>**



**Teijero (2015h)**

# **MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA**

**Los rituales según Buzan (2008a), suelen tener una forma, están limitados por el tiempo y el espacio, se desarrollan en un lugar especial o entorno sagrado y constituyen un gesto simbólico o una ceremonia. Suelen realizarse con un orden determinado que a menudo se transmite de generación en generación. Son privados, individuales y personales. Pueden ocurrir una vez o pueden ser tradiciones comunes que se transmiten a través del tiempo. Todos participamos en rituales, si has ido alguna vez a una boda, has participado en una fiesta nacional o has mandado una postal por fin de año, has experimentado directamente el poder del ritual. Los rituales nos conectan con el pasado y con algo superior a nosotros, nos conectan con nosotros mismos y con los demás.**



## **MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA**

**En los rituales asiáticos según Buzan (2008b), se entrega la tarjeta de visita boca arriba, con las letras de cara a la persona que se le está entregando y se le entrega con ambas manos. Simultáneamente se recibe la tarjeta de la otra persona. Los asiáticos exponen como razones que al entregar la tarjeta con ambas manos implica, que una persona está frente a la otra y relativamente cerca, por lo que se establece un contacto y cierta intimidad. Colocarla de forma que se pueda leer es un sencillo acto de consideración. Intercambiar tarjetas simultáneamente confirma la igualdad de la relación desde el principio y el respeto mutuo.**



# **MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA**

**Al recibir la tarjeta pasas un momento leyéndola atentamente y examinando su calidad, haces algunos comentarios sobre sus aspectos positivos del contenido y calidad. Esto significa que estás recibiendo el ofrecimiento de la otra persona con interés y mente abierta, indicándole que es muy importante para ti. Comentar la tarjeta representa que has entendido su contenido y que es importante para ti. Asimilar lo positivo de su contenido afirma que estás interesado en una relación productiva, positiva y de cooperación (Buzan, 2008b).**



**Teijero (2015h)**



## **MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA**

**Generalmente no guardas la tarjeta de inmediato sino que la colocas en un lugar visible durante el tiempo que permaneces en el sitio. Si la guardas de inmediato estás dando una señal de falta de respeto y desinterés, significando además que ya has terminado con la identidad de la persona. Mantenerla a la vista es un hecho de consideración hacia la persona y su identidad personal como un factor importante en el entorno en que te desarrollas. Además tener la tarjeta a la vista te facilita la referencia de la persona, teniendo la oportunidad de recordar su nombre y con qué lo asocias (Buzan, 2008b).**

**Por el contrario al sistema asiático según Buzan (2008b), en el sistema occidental la tarjeta se entrega con una mano y ni siquiera se mira o comenta, sino que se guarda de manera inmediata sin prestar mayor atención en ese momento.**



## **MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA**

**Para Buzan (2008a), los rituales no son prácticas antiguas, no son propios del ámbito religioso, sino que se extienden a otros rubros, denominándolos rituales seculares, donde destacan los rituales de grandes colectividades, como los festejos nacionales. Escapar de la muchedumbre, encontrar la paz espiritual y la revitalización y encontrar tu santuario se logra a través del ritual. El ritual puede considerarse el lugar al que acudes a calentarte, descansar y regenerarte. Por su propia naturaleza te ofrece orden, estabilidad, seguridad, y certeza en tu vida. Hace que tu mente y espíritu se sientan seguros. En el espacio que ocupa el ritual se te hace más fácil involucrarte en tus pensamientos y acciones que te ayudan a entrar más plenamente en tu ser espiritual.**



## MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA

Algunos ejercicios que te ayudarán a establecer tus propios rituales que te auxiliarán durante el día (Buzan, 2008a):

- 1. Haz un mapa mental.** De todas las áreas de tu vida en las que podrías utilizar un ritual para enlazarlas tanto emocional como espiritualmente. Esto te va a permitir expandir tu vida y hacerla más flexible y satisfactoria.
- 2. Haz el ritual de dar las gracias en las comidas.** Esto permitirá que tu cuerpo digiera mejor la comida, disfrutes de una vida más sana y feliz.
- 3. Practica el ritual del amanecer.** Utilízalo para preparar tu espíritu para el día que tienes por delante, Empieza el día con música relajante o con cinco minutos de relajación o estiramientos suaves, para relajar tu cuerpo y espíritu, esto te ayudará a realizar bien las tareas.



## MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA

- 4. Realiza el ritual del encuentro o del saludo.** Saluda a las personas esto te ayudará a crear un punto positivo sobre un encuentro feliz y te permitirá reforzar tu espiritualidad inteligente.
- 5. Ejecuta el ritual de despedida.** Tu cerebro al igual que recuerda las primeras cosas que haces en el día, también recuerda las últimas. Por ello es importante que tus despedidas sean positivas ya que serás recordado por ellas.
- 6. Realiza el ritual del final del día.** Al final del día la mente se encuentra en un estado particularmente receptivo, por ello debe llenarse de buenos pensamientos e imágenes que te ayuden al crecimiento espiritual.



# MANEJA EL RITUAL SOBRE TU CUERPO, EL CEREBRO Y LA VIDA

**7. El ritual del servicio perfecto.** Todo lo que haces por ti y por los demás, hazlo lo mejor que puedas, esto te ayudará a que te resulte más agradable lo que haces, te sientas más feliz y tu espíritu esté más elevado.

**8. Marca tus rituales.** Hazlo de manera simbólica mediante el encendido de una velita o una varita de incienso. Esto te ayudará a separar tu ritual de las actividades que realizas durante el día, limpiará tu pensamiento y te ayudará a concentrarte.

**9. Crea un espacio ritual.** Créalo en cualquier parte, en la casa, en el trabajo. Coloca fotos de familiares queridos para mirarlos en momentos de estrés, de petición de algún deseo o de ayuda. Esto te afianzará en un estado más expansivo.

**10. El ritual de meditar o descansar.** Practica una meditación breve o ritual de descanso cada día. Esto te ayudará a mantener tu salud física y bienestar espiritual.

## Tema 8

# Libera la ansiedad, la distracción y la aflicción a través de la paz

La paz, del latín pax en sentido positivo, es un estado a nivel social o personal, en el cual se encuentran en equilibrio y estabilidad las partes de una unidad. Sin embargo, definida en sentido negativo, es la ausencia de inquietud, violencia o guerra. La paz para Buzan (2008a), es el estado de quietud o calma donde el ser humano está libre de ansiedad, distracciones y aflicción. Es un estado que puede existir en una persona, en una casa, en un vecindario, un país y en el mundo.

Teijero (2015i)



# **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**“La sorprendente verdad es cuantas más personas haya que estén en paz consigo mismas, mayor probabilidad existe de que todas las comunidades, de todos los tamaños, incluida la comunidad mundial, también disfruten de paz”. Sin embargo, antes de hablar de la paz comencemos con el siguiente video: vivir en paz, en armonía y con esperanzas, que trasmite belleza, esperanza y felicidad. Posteriormente, veremos otro video donde Los Bellos y Sabios Ángeles de las Galaxias nos enseñan cómo vivir en Armonía Paz y Amor.**

**<https://www.youtube.com/watch?v=q1NWW1yf93c>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=vyimFVoSj8Q>**



**Teijero (2015i)**

# **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**En el plano colectivo la paz es un estado interior positivo en el ser humano que es deseado tanto para uno mismo como para los demás, hasta el punto de convertirse en un propósito o meta en la vida. También está en el origen de los saludos: shalom en hebreo y salam en árabe que significan paz o que la paz esté contigo o con vosotros. La palabra paz también se emplea como despedida, lo que significa ve en paz o id en paz. El saludo de paz o beso de la paz es una parte de la misa en que los asistentes se dan la paz.**



**Teijero (2015i)**

# **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**En derecho internacional, el estado de paz es aquel en el que los conflictos internacionales se resuelven de forma no violenta. Particularmente se denomina paz al convenio o tratado de paz que pone fin a la guerra. Puede hablarse de una paz social como consenso: el entendimiento tácito para el mantenimiento de unas buenas relaciones, mutuamente beneficiosas, entre los individuos y a distintos niveles, el consenso entre distintos grupos, clases o estamentos sociales dentro de una sociedad.**



**Teijero (2015i)**

# **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**Para gozar de una paz interior según Buzan (2008a), y crear ese estado de quietud o calma donde el ser humano está libre de ansiedad, distracciones y aflicción, es necesario aprender a disminuir las distracciones en tu vida, minimizar la ansiedad y eliminar el estrés. “Esto facilitará que tu cuerpo, mente y alma vivan un entorno interno de paz y serenidad. Sólo desde ese estado de paz interior puedes aportar paz al mundo” (p.152).**

***“La paz no es producto de crear un entorno tranquilo sino de entregarse internamente a cualquier circunstancia”***

**Hubert van Zeller**



# **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**La meditación para Buzan (2008a), constituye un período de tiempo dedicado a enfocar la mente con fines espirituales o como un método de relajación. Son usuales en meditación utilizar las frases: mente en blanco, oración, centrarse en problemas específicos para conseguir soluciones, realizar meditaciones, comunión con la naturaleza, descanso y relajación. Al entender la importancia que proporciona para tu cuerpo y espíritu el silencio y el descanso, comprenderás el valor de las técnicas de meditación. Estas técnicas constituyen herramientas contra el estrés, despejan todo el caos mental, te aportan una nueva sensación de serenidad y paz.**



## **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**Moisés según Buzan (2008a), fue conocido por ser un pensador profundo que pasaba largos períodos de introspección, mientras cuidaba del rebaño de ovejas de su suegro en las montañas. Miles de años después, Mahavira exploró un camino espiritual en el que probó muchos tipos de meditación. El Buda sentado en meditación, es una de las imágenes más difundidas del budismo. Buda, significa el despierto y fue a través de la iluminación que llegó al despertar supremo de todas las cosas.**



## **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**Confucio según Buzan (2008a), sigue siendo venerado por los chinos como el primer maestro. De niño se le conocía como el Hijo de la Naturaleza, ya que pasaba mucho tiempo reflexionando y en contemplación. En sus enseñanzas siempre insistió que la meditación era parte esencial para el autodesarrollo. Jesús, antes de empezar a meditar pasó 40 días y 40 noches en la soledad del desierto en compañía de animales salvajes, meditando y preparándose, mental y espiritualmente para su misión. El profeta Mahoma fundó uno de los movimientos espirituales que más rápidamente ha crecido en el mundo: el Islán, que significa paz. La meditación y la oración fueron tan importantes para Mahoma que forman parte de los cinco primeros fundamentos del Islam.**



# **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

Para conseguir la paz es necesario seguir algunos pasos prácticos: (Buzan, 2008a).

**1. Descanso y relajación.** Según muchos estudios, hacer descansos o siestas durante media hora en el día, funciona mucho mejor y más rápido que ingerir cafeína, para aumentar el estado de alerta y reducir el cansancio y el estrés. En trabajadores de las naciones industriales y postindustriales se determinó que la meditación, el descanso o hacer siesta aumentaban la productividad, la creatividad y la capacidad para resolver problemas en el 92,5 por ciento de los trabajadores. Igualmente, otro estudio realizado con soldados americanos arrojó, que los soldados que tenían 30 minutos para descansar y realizar pausas para relajarse, eran mucho más aptos para tomar decisiones importantes en sus labores militares.





## **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**2. Realizar técnicas de meditación.** Existen muchos tipos de meditación; meditación de pie, en movimiento, sentado, meditación trascendental, meditación con canto, entre otras. Algunas se concentran en la laguna de la mente, otras en desarrollar un estado alterado de conciencia parecido al trance. Otras como las meditaciones en movimiento como el Tai Chi y el Chi Kung, conllevan a ejercitar el cuerpo y la mente a la vez. La meditación cristiana y la judía se centran en cantar o reflexionar sobre textos sagrados específicos. Sin embargo, el punto de partida de casi todos los tipos de meditación es la respiración. Algunas personas prefieren sentarse tranquilamente en algún lugar tranquilo, cerrar los ojos y concentrarse en respirar lentamente, inhalar y exhalar. Otras eligen contar las respiraciones hasta 10 y luego a la inversa hasta 1. De esta manera pueden observar si su mente se ha dispersado. Si observan dispersión, vuelven al 1 sin sentirse culpables de haberse distraído.

# LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ

**A continuación algunos ejercicios que te ayudarán a comprender el poder de la meditación para alcanzar la paz y la convivencia social (Buzan, 2008a):**

- 1. Descubre el poder y la energía en silencio y meditación.** Hazlo en familia o con algunos amigos. Puedes hacerlo en cualquier parte y no necesitas de ningún equipo especial.
- 2. Difunde la paz a tu alrededor.** Reúnete con otras personas y proyecta tu paz al mundo exterior. Comprométete con otras personas a difundir tu paz donde quieras que vayas.



# LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ

**3. Una forma de comenzar el día con paz.** Hazlo en familia o con algunos amigos. Puedes hacerlo en cualquier parte y no necesitas de ningún equipo especial.

**Difunde la paz a tu alrededor.** Reúnete con otras personas y proyecta tu paz al mundo exterior. Comprométete con otras personas a difundir tu paz donde quieras que vayas.

**Una forma de comenzar el día con paz.** Comienza el día con calma, con más paz y control sobre ti mismo y tus sentimientos. Al despertar revisa tus sueños, observa cómo te sientes en ese momento, cuál es tu estado de ánimo y cómo puedes utilizarlo para pasar un día agradable. Elabora un ritual matinal de estiramientos y sonidos agradables, esto te ayudará a fortalecer tu cuerpo y tu espíritu durante las actividades que realices durante el día.



Teijero (2015i)

# LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ

**4. Desconéctalo todo.** Desarrolla un minuto de silencio a la misma hora todos los días. Comienza con unos pocos minutos y aumenta el tiempo día tras día. Esto te ayudará a tener paz contigo mismo.

**5. Controla el tráfico.** Encuentra un momento en el día donde puedas hacer una pausa. Posteriormente continúa con lo que estabas haciendo. Trata de que las personas que están cerca de ti hagan lo mismo. Esto te ayudará a cambiar la atmosfera y la energía de tu entorno y te hará que tu día sea más feliz y en paz.

Buzan, 2008a





## **LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ**

**6. Convierte tu hogar en un santuario.** Convierte tu hogar en un centro de paz y creatividad. Diseña una zona de tu hogar donde no exista televisión, radio, música, entre otros, sólo paz y tranquilidad espiritual. Tu hogar se convertirá en un refugio de paz, donde sólo estarás tú, tu cuerpo, tu alma y tu espíritu. Esto te conducirá a una felicidad plena llena de paz.

**7. Prueba diferentes tipos de meditación.** Dedicar tiempo a probar diferentes opciones de meditación hasta que encuentres la más apropiada para tu persona. Esto te ayudará a encontrar la forma más adecuada para encontrarte con tu propia paz.

**8. Aprende de los grandes maestros espirituales.** Busca las expresiones más populares de los grandes maestros espirituales y hazlas tuyas. Concéntrate en sus expresiones, analízalas y aplícalas en tu vida cotidiana.

# LIBERA LA ANSIEDAD, LA DISTRACCIÓN Y LA AFLICCIÓN A TRAVÉS DE LA PAZ

**9. Medita bailando.** En tu hogar escucha música bonita, tranquila y suave. Deja que tu cuerpo se deje llevar por el sonido de la música, para que puedas centrarte en algún aspecto concreto de tu vida.

**10. Dedicar tiempo a los animales y la naturaleza.** Muchos animales viven mucho tiempo de manera alerta y relajada. Pasa tiempo y comunícate con ellos, aprende de ellos. Si tienes problemas que trastornan tu paz, camina por el campo, ten contacto con los animales, esto te ayudará a resolverlo.



Buzan, 2008a

**Tema 9**  
**Recurre al amor para fortalecer**  
**tu espíritu**

**Valora el amor  
verdadero, porque  
es el unico que  
siempre estara  
contigo aun cuando  
tu belleza fisica y tu  
riqueza se acabe**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Al terminar este Tema, último de la obra, estarás convencido de estar abierto, comprender, sentir y estar inspirado para desarrollar el poder del amor, que llevas dentro, en tu propio beneficio, el de tu familia, tus amigos y toda la humanidad. Pero primero, antes de comenzar este último discurso veamos el video: oración para fortalecer el amor de pareja.**

**<https://www.youtube.com/watch?v=x7WrDuPoGUk>**

**Teijero (2015j)**



# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**El amor como concepto universal es relativo a la afinidad entre seres humanos, definido de diversas formas según las diferentes ideologías y puntos de vista (artístico, científico, filosófico y religioso). En Occidente, se interpreta como un sentimiento relacionado con el afecto y el apego, resultante y productor de una serie de actitudes, emociones y experiencias. En el contexto filosófico, el amor es una virtud que representa todo el afecto, la bondad y la compasión del ser humano. También puede describirse como acciones dirigidas hacia otras personas, animales o cosas basadas en la compasión y el afecto.**



**Teijero (2015j)**

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

**El amor para Buzan (2008a), se define como un sentimiento de afecto e interés profundo y grande. Las personas que aman sienten un placer intenso por cuidar y contemplar lo que aman. Tiene el poder de cuidar, consolar, dar fuerzas, conquistar, inspirar y dar vida. La falta de amor puede provocar ansiedad, depresión, sufrimiento, desesperación, desaliento, enfermedad y en caso extremo hasta la muerte.**

***“Lleva el amor a donde quiera que vayas: primero a tu propia casa. Da amor a tus hijos, a tu esposa o esposo a tu vecino... No permitas que nadie acuda a ti sin marcharse mejor y más feliz que llegó”.***



**Madre Teresa**

**Teijero (2015j)**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**El amor abarca una gran cantidad de sentimientos diferentes, desde el deseo pasional y de intimidad del amor romántico, hasta la proximidad emocional asexual del amor familiar y el amor platónico, hasta la profunda devoción o unidad del amor religioso. En este último terreno, trasciende del sentimiento y pasa a considerarse la manifestación de un estado del alma o la mente, identificada en algunas religiones con Dios o con la fuerza que mantiene unido el universo. Para Buzan (2008a), los orígenes de la palabra amor, se encuentran en la palabra del inglés antiguo de origen alemán que significa querido, agradable y que suena muy parecido a la palabra vida. Por lo que podemos afirmar que la vida es amor y el amor es vida.**



**Teijero (2015j)**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

***“El amor es la única fuerza capaz de transformar a un enemigo en un amigo”***

**Martin Luther King**

**Las emociones asociadas al amor pueden ser extremadamente poderosas, llegando con frecuencia a ser irresistibles. El amor actúa como facilitador de las relaciones intrapersonales y debido a su importancia psicológica, es uno de los temas más frecuentes en las artes creativas (cine, literatura, música). Desde el punto de vista de la ciencia, el amor parece ser un estado que ha evolucionado del primitivo instinto de supervivencia, que mantenía a los seres humanos unidos, heroicos ante las amenazas y facilitaba la continuación de la especie mediante la reproducción.**



**Teijero (2015j)**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**La diversidad de usos y significados y la complejidad de los sentimientos que abarca el amor hacen, que sea difícil de definir de un modo consistente y profundo, aunque básicamente, el amor es interpretado de dos formas: primero, bajo una concepción altruista, basada en la compasión y la colaboración, y segundo de manera egoísta y espiritual, basada en el interés individual y la rivalidad. El egoísmo suele estar relacionado con el cuerpo y el mundo material y el altruismo con el alma y el mundo espiritual. Ambos son, según la ciencia actual, expresiones de procesos cerebrales cuya evolución proporcionan al ser humano la idea de algo parecido al alma, que probablemente apareció hace entre un millón y varios cientos de miles de años.**



**Teijero (2015j)**

## **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**A menudo sucede que individuos, grupos humanos o empresas, disfrazan su comportamiento egoísta de altruismo, es lo que conocemos como hipocresía y encontramos numerosos ejemplos de dicho comportamiento en la publicidad. Recíprocamente, también puede ocurrir que, en un ambiente egoísta, un comportamiento altruista se disfrace de egoísmo. El amor no es simplemente que alguien te guste mucho más que los demás, sino un sentimiento diferente.**

**Teijero (2015j)**



## **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Según Buzan (2008a), cuando alguien te gusta respondes afirmativamente a frases como "es la clase de persona que me gustaría ser", mientras que cuando amas a alguien te identificas más con frases como "si no volviera a ver a esta persona me sentiría muy infeliz", o "creo que puedo confiarle a esta persona prácticamente todo", lo cual indicaría un gran nivel de intimidad emocional con alguien. Por tanto, en el amor se da un fuerte sentimiento de apego hacia la persona amada y un alto grado de intimidad emocional. Cuando se utilizan cuestionarios de este tipo, tanto hombres como mujeres responden de formas muy parecidas, lo cual indica que ambos sexos viven el amor de manera similar.**



# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU



Cuando el amor es verdadero,  
no se acaba por los problemas,  
ni se debilita por el tiempo,  
mucho menos se afecta por la distancia.

DESMOTIVAR.COM

***“ El amor nunca complace a sí mismo ni se preocupa de sí,  
pero por otro lado lo niega todo y construye un cielo  
en la desesperación del infierno”.***

**William Blake**

**Teijero (2015j)**

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

## Amor apasionado

**El amor apasionado se caracteriza por la existencia de deseo sexual, emociones intensas y una gran preocupación por la persona amada. Es un tipo de amor que surge de una manera rápida e intensa, aunque su intensidad se va desvaneciendo con el tiempo. Algunas relaciones terminan cuando esta pasión inicial desaparece, mientras que en otras el amor apasionado se convierte en ese otro tipo de amor, donde el deseo es menos intenso pero predominan sentimientos de dependencia mutua, confianza y afecto.**



**Cuando el amor es verdadero,  
no se acaba por los problemas,  
ni se debilita por el tiempo,  
mucho menos se afecta por la distancia.**

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

**El amor apasionado es estable, duradero y se va volviendo más profundo con el tiempo. Sus ingredientes básicos son: la intimidad, como ese sentimiento de conexión, unión y cercanía emocional con alguien, que te hace confiar plenamente en la persona, contarle cualquier cosa acerca de ti y de tu vida y dejar que te vea tal y como eres; la pasión, referida al deseo sexual y atracción física que sienten el uno por el otro; así como, el compromiso, que hace referencia al deseo de amar a esa persona a través del tiempo y permanecer a su lado.**



**Teijero (2015j)**

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

**Sin embargo, estos tres componentes no siempre se dan juntos. Al principio de una relación, cuando las dos personas todavía no se conocen, es probable que no exista más que un componente; la pasión. Ambos pueden sentirse tremendamente enamorados, pero aún no ha habido tiempo para que se desarrolle una verdadera intimidad, ni se conocen lo suficiente como para saber si desean establecer un compromiso. Aunque este amor apasionado puede ser muy intenso, no es el que mejor predice el futuro de la relación. Por ejemplo, una pareja que decide casarse demasiado pronto, en base solo a una intensa pasión, puede acabar en un desastre cuando la pasión se debilita y descubren que no hay nada más entre ellos.**



Teijero (2015j)

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

Ahora bien, conforme pasa el tiempo, puede ir desarrollándose uno de los componentes más importantes del amor; la intimidad. Este sentimiento surge más lentamente, conforme se van conociendo y van confiando cada vez más el uno en el otro. De este modo surge una mezcla de intimidad y pasión que recibe el nombre de amor romántico. La siguiente se conoce como amor consumado y se produce cuando aparece también el tercer componente del amor; el compromiso, que empuja a ambos miembros de la pareja a permanecer unidos a lo largo del tiempo, a planear un futuro juntos, a considerarse una familia y desear compartir sus vidas.



(Teijero, 2015j)

## **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Generalmente, con el tiempo, la pasión que predominaba al inicio de la relación se va debilitando poco a poco, hasta el punto que puede llegar a desaparecer, de manera que la pareja necesita esforzarse y actuar, utilizando su imaginación y creatividad si desea mantener viva esa pasión, pues si no lo hacen la tendencia natural es la de ir apagándose poco a poco. Cuando esto sucede y la pasión se desvanece puede surgir un tipo de amor diferente, en el que existen solo dos de los componentes básicos; la intimidad y el compromiso. No obstante, éste puede ser también un amor lo bastante intenso y gratificante como para mantener unida a una pareja a lo largo del tiempo**



**Teijero (2015j)**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

## **Amor y miedo**

**El amor es el antídoto de ese otro estado que se encuentra detrás de casi todas las emociones negativas que experimentan las personas que es el miedo. El amor es comportamiento nutritivo, es ese comportamiento de los seres humanos según Albrecht (2007), que provoca que los demás se sientan valorados, capaces, queridos, respetados y apreciados. Por su parte, los comportamientos tóxicos son propios de persona que sienten miedo, que hacen que los demás se sientan devaluados, inadecuados, furiosos, frustrados o culpables. Las personas de elevada inteligencia social se vuelven magnéticas para los demás. Las personas de baja inteligencia social, las que muestran un comportamiento eminentemente tóxico hacia las demás, actúan como antimagnéticas.**



**Teijero (2015j)**

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

**El miedo según Buzan (2008a), es el resultado de un sentimiento de separación de los demás del resto de la vida, mientras que el amor es el resultado de ser conscientes de nuestra conexión. “Si nos acostumbramos a usar el poder del amor para conquistar el miedo, daremos un paso de gigante hacia una mayor Inteligencia Espiritual” (p.167). Nuestra tendencia natural es intentar distanciarnos del miedo y conseguir tanto amor como nos sea posible. Esta reacción se basa en nuestros temores básicos por la supervivencia. Existe la práctica de en vez de intentar recibir amor, enviárselo a los demás y en lugar de alejarse del miedo, intentar recibir la carga de miedo que pudieran sentir otras personas.**



# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Cuando amas o estás enamorado según Buzan (2008a), todo tu cuerpo y sistema sensorial se abre y permite que entre mucha más información del universo. Al tener la mente abierta inmediatamente entras en un estado en el cual aumenta lo que aprendes, tu memoria, concentración, enfoque y capacidad de respuesta se incrementan y te revelan todo tu potencial y poder. El verdadero poder reside en el poder del amor. Ese amor que puede mover montañas y puede hacer que personas normales y corrientes realicen hazañas extraordinarias nunca pensadas.**

***“El amor sólo da de sí y nada recibe sino de sí mismo.  
El amor no posee y no se deja poseer.  
Porque el amor se basta a sí mismo”***



**Kahlil Gibran**

# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

## Epílogo al Capítulo Final

Todo final tiende a generar tristeza. Sin embargo, para los que creemos en el espíritu, la espiritualidad y la inteligencia espiritual; sobre la base de una nueva visión global de la vida, a partir de los valores espirituales del ser humano; así como, un nuevo propósito de vida. Aquellos que intentamos comprendernos, valorar y rectificar sobre nuestros errores, para perdonar y comprender a los demás. Los que utilizamos la risa y el humor para darle sentido a la vida. Los que manejamos el ritual sobre nuestro cuerpo, el cerebro y la vida. En fin, los que a través de la paz liberamos la ansiedad, la distracción y la aflicción, así como recurrimos al amor para fortalecer el espíritu, **EL FINAL SIEMPRE ES UNA NUEVA OCASIÓN DE CELEBRACIÓN Y JÚBILO.**

Teijero (2015j)



# RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU

En este final, que quizás tenga una segunda parte, les regalo el video de **MÚSICA CELESTIAL PARA EL ESPÍRITU** de Dan Gibson, Robert Haig Coxon y Kitaro.

<https://www.youtube.com/watch?v=Eer8NAi4Edg>

Teijero (2015j)



# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Y ahora sí para finalizar, un homenaje al amor por el recordado amigo y gran maestro Cheo Feliciano, las canciones que lo inmortalizaron: AMADA MÍA (en dos versiones), INOLVIDABLE Y MI TRISTE PROBLEMA.**

**CHEO, INOLVIDABLE AMIGO, QUE DIOS  
TE TENGA SIEMPRE EN LA GLORIA Y TE PERMITA  
SEGUIR CANTANDOLE AL AMOR Y A LA MUJER**

**<https://www.youtube.com/watch?v=kQIKUYfBgm8>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=kQ8olWmYBIU>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=K25mh0ag0Es>**

**<https://www.youtube.com/watch?v=71oDMDT8014>**



**Teijero (2015j)**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**GRACIAS, A MIS ALUMNAS Y ALUMNOS, AMIGOS, ASÍ  
COMO MIS COLEGAS LECTORES, POR HABER  
COMPARTIDO CONMIGO ESTA OBRA. LÉANLA  
CON PASIÓN E INTENSIDAD HASTA, QUE  
LLEGUE A FORMAR PARTE DE SUS  
PROPIAS VIDAS  
UNA VEZ MÁS MUCHAS GRACIAS**



**Teijero (2015j)**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

## **Bibliografía**

**Albrecht, K. (2007). *Inteligencia Social*. La nueva ciencia del éxito. Barcelona: ZETA.**

**Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris (2004). Los valores espirituales. Barcelona: Edición de la Asociación Espiritual Mundial Brahma Kumaris Copyright © 2004.**

**Buzan, T. (2003). *El poder de la Inteligencia Creativa*. 10 formas de despertar tu genio creativo. Madrid: URANO, S.A.**

**Buzan, T. (2008a). *El poder de la Inteligencia Espiritual*. 10 formas de despertar tu genio espiritual. Madrid: URANO, S.A.**

**Buzan, T. (2008b). *El poder de la Inteligencia Social*. 10 formas de despertar tu genio social. Madrid: Ediciones URANO, S.A.**

**Cuevas, F. (2014). Las 10 formas de tratarte a ti mismo que te harían sentirte mejor. México D.F.: Desansiedad.**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Emmons, R. (2004). *Spiritual Intelligence*. [Documento en línea]. Disponible en [http://mindwise.com/spiritual\\_intelligence\\_shtml](http://mindwise.com/spiritual_intelligence_shtml) [Consulta: 2015, junio, 27].**

**Gallegos, R. (2005). *Inteligencia Espiritual*. Guadalajara: Fundación Internacional para la Educación Holística.**

**Gardner, H. (2000). *Estructuras de la Mente*. México D.F.: Fondo de cultura Económica.**

**Gardner, H. (2005). *Múltiples lentes sobre la mente*. Trabajo presentado en la Conferencia de Expo Gestión. Bogotá. Colombia.**

**Goleman, D. (2010). *La Inteligencia Emocional*. México D.F.: Zeta**

**Goleman, D. (2010). *Inteligencia Social*. Barcelona.: Kairos.**

**Greene, R. (1999). *Las 48 Leyes del Poder*. Madrid: ESPASA.**

## **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Korda, M. (2000). *El Poder*. Barcelona: Pomaire.**

**Macías, A. (2015). *La Inteligencia Espiritual: el despertar hacia la Felicidad Interior*. Jalisco: Centro de Capacitación y Calidad Jalisco.**

**Marina, J. A. (2007). *Teoría de la inteligencia creadora*. Barcelona: ANAGRAMA.**

**Marina, J. A. (2012). *La Inteligencia Ejecutiva*. Barcelona: Ariel.**

**Marina, J. A. y Marina, E. (2013). *El aprendizaje de la creatividad*. Barcelona: Ariel.**

**Millman, D. (2000). *Inteligencia Espiritual. La ruta del aprendizaje. Por una Venezuela mejor*. Caracas**

**Riveiro, L. (1997a). *La comunicación eficaz*. Madrid: URANO**

**Riveiro, L. (1997b). *Aumente su autoestima*. Madrid: URANO**

## **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Romero, G. (2014). *Un nuevo concepto: la inteligencia espiritual. Emancipación humana*. Creades.**

**Stime, J. M. (2010). *Multiplique el poder de su mente. Aproveche toda su capacidad cerebral y adquiera una memoria de privilegio*. México: PRENTICE HALL.**

**Teijero, S. (2013a). Programa de Múltiples Inteligencias para la Gerencia Organizacional. Inteligencia emocional, social, ejecutiva y creativa. Ofertado a organismos, instituciones, institutos de investigación, universidades y público en general a solicitud.**

**Teijero, S. (2013b). Uso de la inteligencia social para impulsar y mejorar el aprendizaje. Curso de inteligencia social para educadores de secundaria. Colegio San Agustín. El Marqués. Caracas. Julio, 29 al 31.**

## **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Teijero, S. (2013c). Uso de la inteligencia social para impulsar y mejorar el aprendizaje. Curso de inteligencia social para educadores de primaria. Colegio San Agustín. El Marqués. Caracas. Septiembre, 10 al 12.**

**Teijero, S. (2014). Programa de Múltiples Inteligencias para la Gerencia Organizacional el Aprendizaje y el Comportamiento Humano. Inteligencia emocional, social, ejecutiva, creativa y espiritual. Ofertado a organismos, instituciones, institutos de investigación, universidades y público en general a solicitud.**

**Teijero, S. (2015a). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Primer artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con todos los seguidores.**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Teijero, S. (2015b). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte II. Espíritu, espiritualidad e inteligencia espiritual. Segundo artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

**Teijero, S. (2015c). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte III. En busca de una visión global de la vida. Tercer artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

**Teijero, S. (2015d). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte IV. Los valores espirituales del ser humano Cuarto artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Teijero, S. (2015e). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte V. Visión y propósito de vida de los seres humanos. Quinto artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

**Teijero, S. (2015f). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte VI. Compréndete a ti mismo y a los demás. Sexto artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

**Teijero, S. (2015g). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte VII. El poder de la risa y el humor para darle sentido a la vida. Séptimo artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Teijero, S. (2015h). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte VIII. El poder del ritual sobre el cuerpo, el cerebro y la vida. Octavo artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

**Teijero, S. (2015i). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte IX. El poder de la paz para liberarse de la ansiedad, la distracción y la aflicción. Noveno artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

**Teijero, S. (2015j). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte X. El poder del amor para fortalecer el espíritu. Décimo artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con tolos los seguidores.**

# **RECURRE AL AMOR PARA FORTALECER TU ESPÍRITU**

**Torrealba, F. (2014). *Inteligencia Espiritual*. Barcelona: Plataforma Editorial**

**Vaughan, F. (2012). *¿Qué es la inteligencia espiritual?* Buenos Aires: Psicología de la Compasión.**

**Wolman, R. (2003). *Pensar con el alma: Cómo Evaluar y Desarrollar la Inteligencia Espiritual con el Método PsychoMatrix*. Barcelona: Obelisco.**

**Zohar, D y Marshall, I. (2001). *Inteligencia Espiritual. La inteligencia que permite ser creativo, tener valores y fe*. Barcelona: Plaza & Janés Editores S.A.**

**Valora el amor  
verdadero, porque  
es el unico que  
siempre estara  
contigo aun cuando  
tu belleza fisica y tu  
riqueza se acabe**