

Cómo entrenar tu mente analítica y personal



Agenda

1

Pensamiento Analítico

4

**Características de las personas
que puede influir en la toma de
decisiones**

2

**Poder y forma del pensamiento
analítico**

5

Toma de decisiones sabiamente

3

**Humanización de procesos en
la toma de decisiones**

6

**Programa tu mente y actúa
sabiamente**



Pensamiento analítico.

La diferencia entre sentir aversión al riesgo y tomar decisiones a partir de procesos analíticos que permitan la revisión detallada de todas las aristas de una situación y con esto observar y entender los escenarios desde diferentes perspectivas y posibilidades.



Poder y forma del pensamiento analítico

- De forma continua en nuestra rutina utilizamos el pensamiento analítico lo que supone una deconstrucción constante de la información y los hechos para tomar una decisión o generar un plan de acción.
- Este pensamiento promueve:

El cuestionamiento

El desglose de datos y hechos

La revisión de consecuencias

Cuando realizamos este proceso de anticipación y razonamiento inconscientemente estamos atravesando por los 3 momentos que conforman el pensamiento analítico:



1

Etapa analítica

Es el inicio del proceso y consiste en fraccionar el problema o la situación en cada una de sus partes.

2

Etapa secuencial

Consiste en revisar las partes en un orden lógico, entendiendo la relación entre cada una de ellas.

3

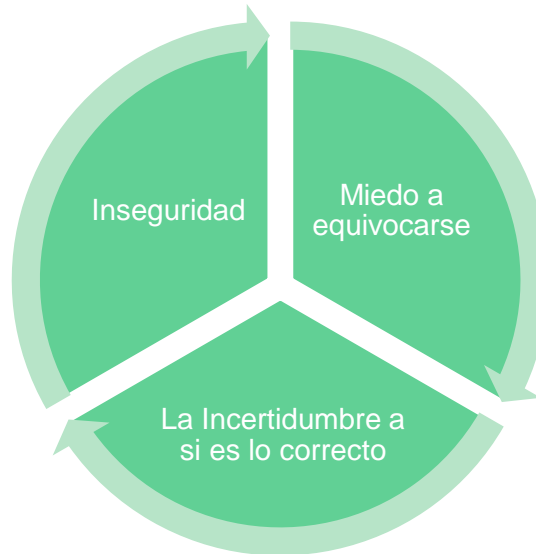
Etapa resolutive

Consiste en solucionar o superar los inconvenientes para llegar a los resultados deseados.

Humanización de procesos en la toma de decisiones



- Humanizar los procesos implica fortalecer la orientación al servicio y esto se puede evidenciar si se tiene en cuenta el efecto que pueden llegar a tener las acciones en los demás cuando se traza el plan para cumplir el objetivo
- Tener presente que en los procesos de toma de decisión siempre van a participar emociones como:





Jean Paul **Sartre**

“No somos más que nuestras propias decisiones”.



Lo que sea que se derive de ellas nos definirá a nosotros mismos y los caminos trazados.

Siempre existen riesgos en nuestras decisiones pues pueden no ser lo correcto.

Características de la persona que puede influir en la toma de decisiones



1

El perfeccionismo



Por buscar lo perfecto **puedes perder la excelencia o la calidad.**

No olvides que lo perfecto es enemigo de lo bueno.

2

La necesidad de aceptación



Es normal que busques que tus decisiones sean aceptadas, debes considerar de quienes estas recibiendo opiniones y evaluar si esta persona quiere lo mejor para ti

3

La impulsividad



Es importante que te cuestiones antes de cualquier decisión.

4

La forma de delegar responsabilidades



Es necesario que eduques que tu equipo pueda tomar decisiones en tu ausencia y demuéstrole que tienen toda tu confianza.

5

El miedo a decepcionar a los demás



Recuerda que no conoces que va a suceder a largo plazo solo tienes el escenario presente

6

La inflexibilidad



No te detengas ante el cambio y flexibiliza las opciones que pones sobre la mesa.

Programa tu mente y actúa sabiamente



Programa tu mente y actúa sabiamente:

El funcionamiento del cerebro se puede comparar con un músculo ya que lo debemos ejercitar diariamente, y si somos constantes se puede moldear con los procesos de pensamientos que llevamos a cabo.

Los líderes deben programar su mente para la toma de decisiones y esto lo pueden hacer mediante actividades que estimulen el cerebro, como:

- **Aprender algo nuevo**
- **Escuchar activamente**
- **Expresar las ideas**
- **Practicar juegos mentales**



Aprende algo nuevo

Entrégale todos los días información diferente a tu mente, esto ayuda a entrenarla y ampliar el campo de acción para la toma de decisiones.



Escucha activamente

Cuando estes escuchando a las personas que te rodean, toma e interioriza lo que consideres que pueda contribuir a avanzar tus procesos.



Expresa tus ideas

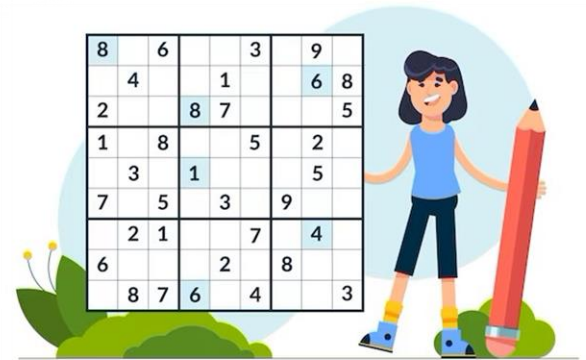
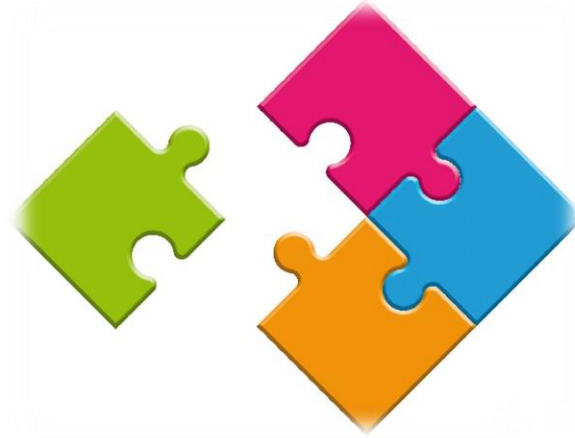
Redacta tus mensajes de forma clara concreta y efectiva y exprésalos en el momento más adecuado o cuando tengas la oportunidad



Practica Juegos mentales

Estos ayudan a ejercitar el cerebro y promueven la agilidad, la visibilidad y la flexibilidad.

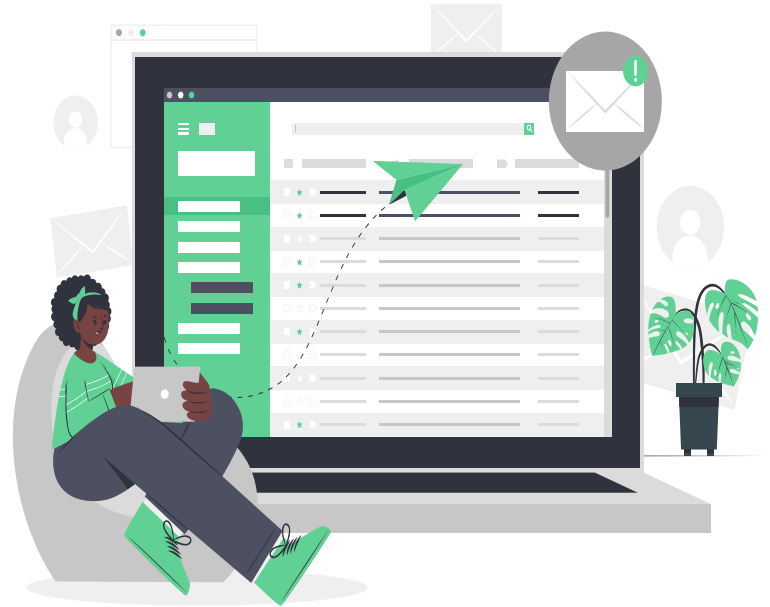
Los más comunes son:
Rompecabeza, sudokus,
sopas de letras.



Toma de decisiones sabiamente:

Una vez conocemos estas acciones que nos ayudan a ejercitar el cerebro debemos complementarlas con los siguientes pasos para la toma de decisiones sabiamente:

1. **Describe el tipo de decisión que estás por tomar**
2. **Enlista las diferentes opciones**
3. **Establece los criterios de evaluación**
4. **Selecciona las alternativas con mayor potencial**
5. **Analiza las mejores alternativas**
6. **Escoge tu respuesta o decisión**



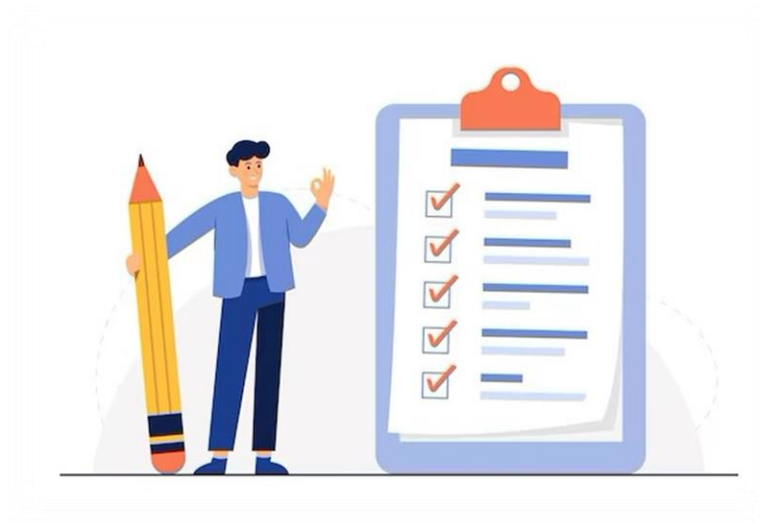
Describe el tipo de decisión que estas por tomar

para esto ten en cuenta la importancia, urgencia y relevancia.



Enlista las diferentes opciones

Te permitirá tener claro los diferentes caminos que podrías escoger



Selecciona las alternativas con mayor potencial

Se puede hacer revisando la viabilidad que se puedan llevar a cabo de una forma efectiva según el plan de acción



Analiza las mejores alternativas

Si tienes dos finalistas con una misma probabilidad de éxito podrías fusionarlas y sacar lo mejor de cada una para obtener mejores resultados



Escoge tu respuesta o decisión

Debes ejecutar las acciones que representen la decisión, para esto debes establecer tiempos, alcances, inversión, recursos y un seguimiento del avance que la decisión va teniendo a lo largo del desarrollo



