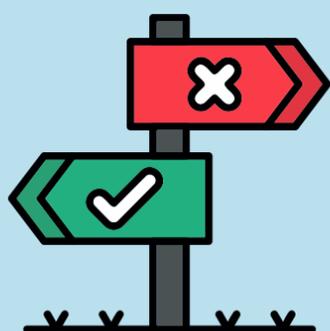


MEMBRESÍA DE DAVID BERTRAN COACH

CÓMO DECIDIR Y TOMAR ACCIÓN



1) DECIDIR

Estamos tomando decisiones constantemente a lo largo de nuestra vida, el problema es que casi siempre lo hacemos de manera inconsciente, lo importante es aprenderlo hacer de manera consciente.

2) ¿POR QUÉ NOS CUESTA DECIDIR ?

Nos cuesta decidir por nuestros beneficios inconscientes y porque cualquier decisión implica renuncia y eso conlleva una responsabilidad muy grande por las consecuencias que pueda acarrear.



3) ¿POR QUÉ DECIDIMOS PRECIPITADAMENTE ?

Cuando decidimos precipitadamente, suele ser por no tener claras nuestras necesidades y nuestros límites, o por complacer a los demás.

4) LAS CONSECUENCIAS

Debemos entender que siempre existen consecuencias, tanto cuando decidimos y tomamos acción como cuando no estamos decidiendo ni tomando acción. En cualquier caso, las consecuencias son inevitables.



5) ¿CÓMO DECIDIR Y TOMAR ACCIÓN?

Siendo consciente de nuestras renunciaciones al decidir, siendo conscientes de nuestros beneficios inconscientes, y asumiendo la responsabilidad de las consecuencias que va a conllevar nuestra decisión.

6) ¿DÓNDE ESTÁS TÚ?

Analiza qué comportamiento es más habitual en ti, ¿sueles decidir precipitadamente, o sueles bloquearte a la hora de tomar decisiones y pasar a la acción?



7) LOS SIETE HÁBITOS DE LA GENTE ALTAMENTE EFECTIVA

Estos 7 hábitos te ayudarán a decidir. Sé proactivo y no reactivo, empieza con un fin en mente, pon lo primero lo que debe ir primero, plantéate siempre decisiones ganar/ganar, analiza desde otros puntos de vista, crea sinergias y afila el hacha.