

Taller:

"METAMORFOSIS"



Descubrete • Transformate • Trasciende

OBJETIVO

Lograr una **TRANSFORMACION POSITIVA**, ya sea Personal o Profesional. Tomando consciencia de la necesidad de un cambio, identificando las areas de nuestra vida en las que debemos cambiar y estableciendo las acciones especificas que se deben realizar para lograrlo.

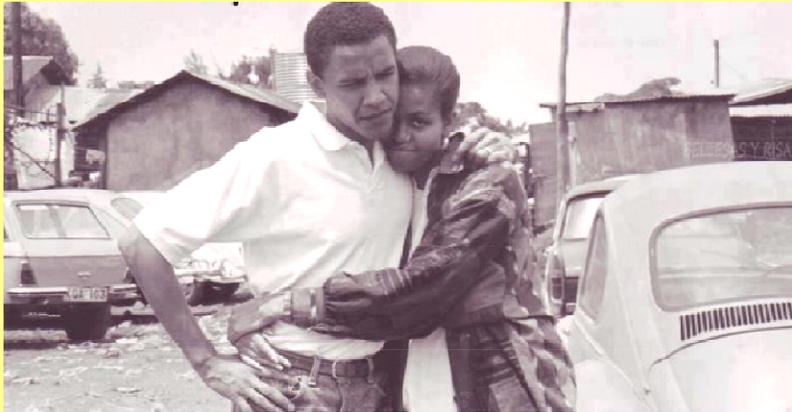
DEFINICION

El termino METAMORFOSIS proviene de un vocablo griego que significa TRANSFORMACION.

En el sentido mas preciso se hace referencia a la Mutacion, la Evolucion o el Cambio.

La METAMORFOSIS puede ser Fisica o Simbolica.

EJEMPLO



**Cambios trascendentales segun
el periodico U.S. NEWS:**

- **Mejor Imagen Personal**
- **Mayor Capacidad Mediatica**
- **Mejor Orador**



ANTES → AHORA

Nivel de Satisfacción con mi vida
de hace 10 y 5 años a la fecha.

Yo
2005



Yo
2010



Yo
2015



Como ha sido mi
TRANSFORMACION ?



AHORA → DESPUES

Nivel de Satisfaccion con mi vida
dentro de 5 y 10 años.



Como sera mi
TRANSFORMACION ?



NECESITO UN CAMBIO ?



LLENAR CUESTIONARIO . . .

RESULTADO

Resultados del TEST: “Necesito un cambio?”

Las a) tienen valor de 2

Las b) tienen valor de 3

Las c) tienen valor de 1

De 25 a 40 puntos:

Necesitas evaluar la manera en que has tomado tus decisiones en los últimos años y cuáles han sido tus prioridades. Necesitas definir exactamente que es lo que quieres alcanzar en la vida, que te haría feliz, hacer un plan para lograrlo, prepararte y tomar acción.

De 41 a 60 puntos:

Estas satisfecho con la vida que llevas pero en ocasiones sientes que pudieras lograr más, que mereces más, que tu vida debería ser mejor. Es muy posible que logres ascender a ese nivel que deseas pero debes dar más de ti, enfocarte en tus metas, correr esa milla extra.

De 61 a 75 puntos:

FELICIDADES! Has hecho bien las cosas lo cual se refleja en tu nivel de logro y satisfacción. Recuerda que el cielo es el límite y que siempre hay algo más que podemos alcanzar en la vida. Debes estar atento a los cambios y adecuar tu rumbo de acuerdo a ellos.

COMO ENTENDER EL CAMBIO

Resistencia al Cambio:



Eleccion de Cambio:

**SIN
CAMBIO**

La planta
no crece.

**CAMBIOS
LINEALES**

La planta
se seca.

**CAMBIO
TRASCENDENTE**

La planta crece y da
frutos y sombra.

PORQUE CAMBIAR

Existen 2 razones por las que se decide cambiar:

- 1.- Un evento tragico en nuestras vidas que nos sirve de **DETONADOR** para hacer cambios Urgentes.
- 2.- Un momento de inspiracion que pudiera ser como un **INSTANTE MAGICO** que nos lleva a tomar decisiones con la esperanza de un mejor futuro.

EL DETONADOR

**Todas nuestras acciones están sujetas a la
“ LEY DE CAUSA Y EFECTO ”**

La mayoría de los sucesos desafortunados en la vida (salud – finanzas – relaciones, etc.) no son por algún acontecimiento repentino, sino por una serie de acciones repetidas, en apariencia insignificantes.

EL INSTANTE MAGICO

Todos los días Dios nos da, junto con el sol, un momento en que es posible cambiar todo lo que nos hace infelices.

Quien presta atención a su día descubre el instante mágico. Puede estar escondido en el momento en que metemos la llave de la puerta por la mañana, en el instante de silencio después del almuerzo, en las mil y una cosas que nos parecen iguales. Ese momento existe, un momento en que toda la fuerza de las estrellas pasa a través de nosotros y nos permite hacer milagros. La felicidad es a veces una bendición, pero por lo general es una conquista. El instante mágico del día nos ayuda a cambiar, nos hace ir en busca de nuestros sueños.

¿Que hiciste con esos milagros que Dios sembró en tus días?

¿Que haz hecho con los talentos que tu Maestro te confió?

Los enterraste en el fondo de una cueva . . . por miedo tal vez.

Entonces esta es tu herencia: La certeza de que haz desperdiciado tu vida.

Paulo Coelho

POR DONDE EMPEZAR

CUBRIR EN ORDEN NUESTRAS NECESIDADES

Pirámide de Maslow



AREAS DE CAMBIO

- Vida FISICA
- Vida INTIMA
- Vida FAMILIAR
- Vida SOCIAL
- Vida LABORAL
- Vida FINANCIERA
- SENTIDO DE PROPOSITO

AUTO-ANALISIS

Ejercicio de:

AUTO-ANALISIS



ACCIONES ESPECIFICAS

Caso # 1

Situacion presente de Marco A.: Tiene 35 años de edad. Felizmente casado desde hace nueve años. Ocupa el puesto de Gerente de Ventas en una Compañía de Seguros. Mientras que a varios de sus compañeros los despediran en las proximas semanas, a el le han ofrecido ocupar la Direccion de Ventas en otro pais: con el doble de ingresos, colegio para sus 2 hijos en las mejores escuelas, membresia de un Club Deportivo, pago de renta en una zona residencial. El papa de Marco A. era plomero y murio hace 3 años y su mama es maestra en una escuela.

Menciona 5 acciones especificas que Marco A. realizo en el pasado que lo llevaron a su realidad actual?

ACCIONES ESPECIFICAS

Caso # 2

Milly quiere ganarse la beca que le ofrece una Universidad y estudiar la carrera de Ingeniero Pluvial para trabajar en ciudades con problemas de inundaciones. Un requisito es que tenga excelentes calificaciones, pero Milly esta preocupada porque otro de los requisitos es que tenga una perfecta salud y ultimamente ha tenido dolores de cabeza muy severos. Tiene catorce meses para conseguirlo.

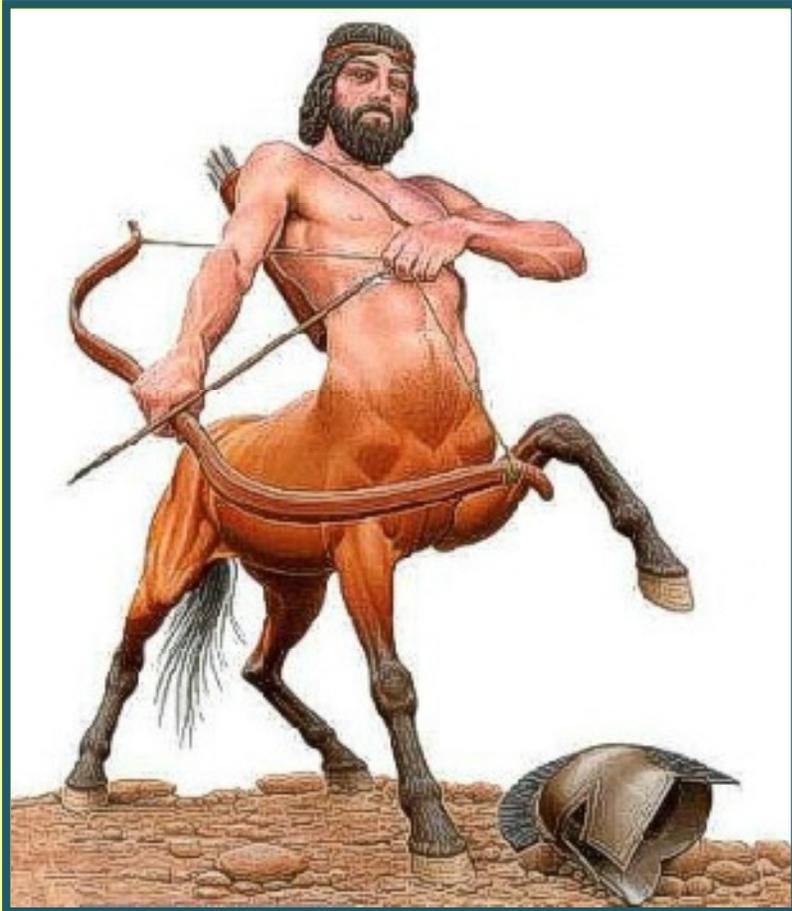
Menciona 5 acciones especificas que Milly debera realizar durante los proximos catorce meses para obtener la beca?

ACCIONES ESPECIFICAS

Personales:

De las Areas de Cambio elige las 3 con menos puntos y escribe 3 Acciones Especificas que te ayudaran a lograr un cambio positivo en cada una de esas areas.

DECIDETE



EL CENTAURO
que murio por
no decidirse
como actuar:

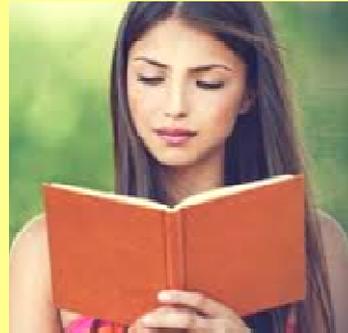
Como Ser Humano
o
Como Caballo

PONTE EN FORMA



CUERPO

UNA CAMINATA DE
45 MIN. 3 VECES
POR SEMANA



MENTE

LEE UN LIBRO CADA
MES DE ALGUN TEMA
QUE TE INTERESE



ESPIRITU

10 MIN. AL DIA PARA
ESCUCHAR MUSICA
RELAJANTE



ENERGIA

CONSUME SUPLEMENTOS
PARA MANTENERTE CON
BUEN NIVEL DE ENERGIA



IMAGEN

GANATE LA CONFIANZA
DE OTROS PROYECTANDO
UNA BUENA IMAGEN

EJERCICIO EN GRUPO

Formar parejas y comentar entre si:

“¿Como me siento actualmente?”

“¿Que puedo hacer para Poner en Forma mi...?”

CUERPO • MENTE • ESPIRITU

ENERGIA • IMAGEN

TU PEOR ENEMIGO

LAS DISTRACCIONES

Mas importante que nuestra cantidad de Inteligencia es nuestra capacidad de **CONCENTRACION** y **PERSEVERANCIA**.

Los fracasos ocurren en muchas ocasiones porque empezamos algo que no terminamos, es decir, lo interrumpimos; y cuando estas interrupciones se presentan como un proceso continuo a lo largo de nuestras vidas:

¿Que probabilidades existen de que logremos nuestros sueños mas anhelados?

CUANDO COMENZAR

La frase ***NUNCA ES TARDE*** no aplica en todos los casos.

¡ EMPIEZA YA !

Antes que se pierdan mas:
Oportunidades, Riqueza,
Salud y Relaciones de las
que ya se han perdido.



Y AHORA...

**“Ve y trasciende en ese
MARAVILLOSO SER que
llevas dentro de ti”**





HUMBERTO PEREZ
(702) 470-8048

fusionglobal3@yahoo.com