

Rendimiento Personal del Emprendedor

Índice

- Algunas Preguntas
- Cimientos del Rendimiento Personal
 - Motivación
 - Objetivos
 - Hacer- Actuar

Algunas Preguntas

- ¿Trabajas demasiadas horas?
- ¿Tus resultados son bastante mejorables?
- ¿Te pasas el día de apagafuegos?
- ¿Las tareas importantes se van retrasando?
- ¿Tienes tus objetivos por escrito?
- ¿Qué tal tu familia, aficiones y amigos?
- **¿Me gustan las respuestas a estas preguntas?**

Los cimientos del rendimiento personal

- La mayoría de emprendedores:
 - tienen una productividad baja
 - tienen descompensadas sus facetas personales y profesionales
 - no son conscientes de lo que la productividad personal puede ayudarles a mejorar su rendimiento y calidad de vida

Los cimientos del rendimiento personal

LA MOTIVACIÓN

- ¿Qué quiero conseguir?
- ¿Qué es importante para mí?

Recordar todos los días aquello que te motiva, te ayudará a centrarte en lo importante y apartar las tareas menores

Visualiza lo que puedes llegar a conseguir

Practica la automotivación

Los cimientos del rendimiento personal

LOS OBJETIVOS

- Hay que tener objetivos, de lo contrario puedo terminar en cualquier lugar,...que no me gustará
- Los objetivos tienen que ser
 - Muy concretos y tangibles
 - Realistas y alcanzables
 - Situados en el tiempo
- Revisar y evaluar periódicamente

Los cimientos del rendimiento personal

HACER - ACTUAR

- Empezar, hacer y terminar las tareas
- Fomenta los hábitos que te ayuden a hacer y finalizar tareas
- Elimina los hábitos que te apartan de la productividad

Los cimientos del rendimiento personal

HACER – ACTUAR

▪ Ejemplos de hábitos productivos:

- Programar el día
- Enfoque del día
- Empezar el día con una actividad importante
- No leer e-mail al principio del día
- Tener un sistema de gestión de actividades
- Recuerda tus motivaciones
- Anotar las tareas en lista de pendientes
- Reducir interrupciones (móvil, e-mail,.)
- Delegar con un plan
- Trocear los proyectos y actividades
- Evitar multitarea
- Ser puntual
- Mídete, haz seguimiento de tus planes

Terminando

- La productividad atrae a la productividad
- La productividad personal es una planta que hay que regar todos los días
- Una buena noticia:
mejorar tu rendimiento sólo depende de ti.

Muchas Gracias por tu atención



www.deproconsultores.com

info@deproconsultores.com