

TENDENCIAS

5 hábitos de la gente efectiva

El Ciudadano · 14 de agosto de 2015





“Ahora estoy convencido de que el método más sencillo

resultará resultará ser el más efectivo”

(Martin Luther King)

La gente efectiva consigue todo aquello que se propone. Sus sueños, lo que desean conseguir, tarde o temprano, lo hacen real, ¿Tú también te incluyes dentro de este tipo de personas?

Una persona efectiva aprovecha el tiempo.

Seguramente, muchas veces te has sentido bloqueado con respecto a una tarea y te has sentido imposibilitado para continuar. Todo esto por estar perdiendo el tiempo en otras cosas.

Si eres efectivo esto no ocurre. **Eres productivo, logras llevar a cabo cuanto proyecto cae en tus manos y, lo más importante, alcanzas el éxito.**

Hoy descubrirás qué hábitos siguen en su vida las personas efectivas para llevar a cabo esta cualidad de ser efectivos. Si los pones en práctica, **¡tú también podrás ser efectivo!** ¿Te atreves a probarlos?



1. Ser una persona proactiva

Las personas efectivas son personas, también, muy proactivas. Esto quiere decir que **asumen la responsabilidad y el control de su propia vida**. Como debe ser, ¿verdad?

Con esto, las personas efectivas **crean su propio destino mientras cumple todas aquellas metas que se ponen**. Esto las motiva y les da fuerzas para alcanzar siempre lo que se propongan.

Pero, tener un objetivo en mente y la motivación necesaria para llegar a él no es suficiente. La persona efectiva **tiene muy claro qué objetivo quiere conseguir y qué debe hacer para llegar a lograrlo**.

“Para vivir la vida que usted quiere,

es preciso que sepa lo que quiere”

(John Grinder)

2. Tener claro el objetivo

Las personas efectivas **saben cuál es el fin que desean conseguir**. Con esto, ya tienen mucho camino recorrido. Saber lo que se quiere alcanzar es el primer paso de toda persona efectiva.

Además, para tener claro el objetivo **es necesario que este sea realista**. ¿Qué quiere decir esto? Que **debe ser específico y alcanzable en un plazo determinado**.

Tener una **visión de futuro clara y precisa**, ayuda a la persona efectiva a tener una salud emocional muy positiva. Además, de que caracteriza al individuo con dotes de liderazgo.

Pero, tener claro el objetivo y la meta requiere de una **organización previa**. ¿Por dónde voy a empezar? ¿Qué pasos debo seguir? Son preguntas que deben tener su respuesta.

La efectividad sabe discernir entre importante y urgente, para dar prioridad a aquellos elementos que deben tener toda nuestra atención.

3. Pensar en un beneficio común

Pensar en un beneficio común, no hace sino **equilibrar las relaciones interpersonales y fomentar un bien común** que será muy necesario para que el objetivo llegue a buen término.

La cooperación, también conocida como trabajo en equipo, suele funcionar muy bien siempre y cuando se piense en un bien común y no individual.

Además de poder beneficiarnos de muchas ideas diferentes, que no hará más que **enriquecer nuestro camino**, generará un **aumento de la productividad, de la creatividad y del aprendizaje**.

Incluso, **lograremos ver reducidos nuestros niveles de estrés al sentirnos apoyados**, al ser un grupo y pensar en el beneficio de todos con todos.

Estar solo puede ser muy negativo. La cooperación hará que tu objetivo logre el éxito que desees.



4. Comunicación efectiva

Si estamos en un grupo de trabajo, para llegar a buen término **es importante escuchar y comprender** para luego ser comprendidos.

Lo fundamental es **establecer relaciones de respeto mutuo, comprensión** y, muy importante, la escucha activa.

Las relaciones interpersonales que se basen en todo esto garantizarán el éxito, además de fomentar relaciones sanas entre las personas del grupo.

Garantizar esto, **ayudará a mantener un clima de trabajo cómodo y productivo** para que todo el mundo logre llegar al objetivo que se ha fijado lograr.

Sin una comunicación efectiva, el grupo no podrá alcanzar la meta. Pues en todo grupo, **la escucha activa es esencial** para lograr ese bien común que tanto queremos conseguir.

5. Descansar está permitido

Para ser efectivo **es necesario descansar**. Trabajar bajo presión y estrés hace que, tarde o temprano, nuestra productividad descienda.

Es por ello por lo que las personas efectivas se permiten descansar, **tomarse unos días de vacaciones, tiempo libre para poder leer, meditar, hacer ejercicio**, entre otras cosas.

Tener tiempo para uno mismo garantizará una **mejor predisposición para trabajar, un ánimo más positivo y resultados exitosos**.

Todos estos pasos los tienen en mente las personas efectivas.

Es necesario tener un grupo en el que apoyarse, establecer relaciones positivas y, cuando el estrés y la negatividad hacen intención de asomar, **tomarse un respiro para retomar con más fuerzas el camino que nos llevará a nuestra meta**.

“El éxito no le sale al paso por suerte ni por casualidad.

Esto se concibe, se prepara, se ejercita y después recién se realiza”

(Juan Domingo Perón)

Fuente: <http://lamenteesmaravillosa.com>

