

*People Who Inspire*

# MARIO ALONSO PUIG

**CONFERENCIA MAGISTRAL**

## EL PODER DE LA REINVENCIÓN

Cómo abordar el nuevo escenario con plenitud, eficiencia y creatividad



**MAIN TAKEAWAYS ABSTRACT**

People Who Inspire

MARIO ALONSO PUIG

CONFERENCIA MAGISTRAL

## EL PODER DE LA REINVENCIÓN

Cómo abordar el nuevo escenario con plenitud, eficiencia y creatividad



Una perla de sabiduría es que las organizaciones necesitan mantener una estrategia sencilla que se ponga en marcha en vez de una estrategia muy complicada que nadie hace. Una de las cosas más difíciles es la ejecución. No ejecutamos porque tenemos que ver de forma diferente. Tenemos que ver que las cosas son importantes para nosotros, nuestra salud, negocio o familia. Los griegos llamaban a este cambio de percepción **metanoía**.

Debemos generar **momentum** para estar felices e ilusionados por la vida, pero hay rozamiento en nuestro exterior que a veces lo impide. Hay que luchar cada día por esas cosas pequeñas, esos grados, que definen hacia dónde vamos a llegar.

Para nuestro cerebro, es muy difícil reconocer los cambios y avances pequeños. Es más fácil reconocer los cambios rápidos. Recordemos el experimento de las ranas en agua caliente.

Es peligroso y engañoso no darnos cuenta de nuestros pequeños avances porque creemos que no podemos mejorar. Pero Sí podemos mejorar y reinventarnos, independientemente de nuestra edad.

Necesitamos una **nueva mentalidad**. Debemos buscar lo transformador y tener una **disposición abierta a explorar**.

Cuando reconocemos que hay algo que no estamos haciendo bien, para nosotros no es agradable verlo. El **ego** nos pone trampas constantemente para hacernos sentir culpables, avergonzados o humillados. La misma voz que nos tienta es la misma voz que nos condena. Sin embargo, no debemos penalizarnos, pues eso no nos hará mejorar.

No permitamos que la culpa o la vergüenza penetren en nosotros porque evitaremos el aprendizaje. No nos acusemos, juzguemos, condenemos ni castigemos a nosotros ni a los otros.

Cuando expandimos nuestra **conciencia**, asumimos la **responsabilidad** de transformarnos y sentimos **motivación e ilusión** por hacer algo porque vemos lo que está en juego. Necesitamos la **confianza** de que daremos esos pasos y sucederán cambios.

Necesitamos adaptarnos a nuevos tiempos. Al acrónimo **VUCA** (por las iniciales en inglés de volátil, incierto, complejo y ambiguo) —que describe el mundo en que vivimos—debemos agregar la letra D de *disruptivo*. En un mundo **DVUCA**, los que sobreviven son los que mejor se adaptan. **La adaptación es la reinvención**.

Sin embargo, a DVUCA hay que agregarle la letra O de **oportunidad** para convertirse en **DOVUCA**. En un mundo disruptivo, volátil, incierto, complejo y ambiguo, aunque no lo veamos, hay oportunidad.

Los **principios fundamentales para la adaptación y la reinención**, y que nos permiten vivir con ilusión, alegría y confianza son:



Si cuidamos estos tres aspectos, estamos cuidando todos los aspectos fundamentales de nuestras vidas. Cuando tenemos fuerzas en conflicto en nuestro interior y en la organización, no conseguiremos resultados extraordinarios.

### **Relación con la incertidumbre**

Si nuestra relación con la incertidumbre no es adecuada, nos quedaremos bloqueados. Cuando la mente interpreta a la incertidumbre como un peligro, se bloquea toda la parte anterior del cerebro que nos permite adaptarnos y ver las oportunidades.

El poder del pensamiento y del lenguaje sobre la mente es tan grande que puede impedir que se activen las amígdalas del cerebro. Por ello, debemos elegir, como ejercicio de voluntad, decirnos que la **incertidumbre en nuestra vida es siempre igual a oportunidad**.

La **zona de confort** es donde sentimos una (aparente) seguridad. Cuando salimos de ella, entramos en la **zona de hundimiento**, y nos sentimos perdidos. Esta es la zona de la incertidumbre, y nos salen las dudas y el miedo. Esta incomodidad hace que muchos regresemos a la zona de confort. Pero tenemos que ser capaces de ser resilientes para aguantar esa incomodidad. Si seguimos adelante, entraremos en la **zona de descubrimiento**. Aventura, descubrimiento, aprendizaje, crecimiento, evolución y trascendencia son las fuerzas que nos ayudarán a hacer algo nuevo.

El ser humano elige con el corazón (el **cerebro límbico o emocional**) y justifica con la razón a una velocidad tal que no nos damos cuenta.

El **cerebro límbico o emocional** es el que manda en la conducta humana. El **cerebro ejecutivo** nos muestra los cómo. Y el **tronco del encéfalo** es lo que nos muestra los dónde, lo que nos interesa. Por eso, la persona que empieza a latir en busca de una oportunidad la encuentra donde está.

El cerebro ejecutivo ayuda al cerebro emocional a hacer realidad sus sueños o sus miedos.

Es importante que nos enamoremos de la vida y recuperemos la ilusión. Tenemos que vivir acorde a quiénes somos. Tenemos que creer que somos suficiente y que podemos para ser quienes somos en realidad y no quienes creemos ser.

## Gestión del estrés y la presión

Por otro lado, tenemos que aprender a gestionar la presión. Necesitamos un nivel de presión determinado para funcionar bien. Pero si sobrepasamos este nivel, la eficiencia cae.



Se ha descrito una **curva con las fases del estrés**. El cuerpo humano siempre busca equilibrio. Ante una situación como, por ejemplo, la pandemia, el cuerpo entra en una **fase de alarma**. El cuerpo, buscando el equilibrio, entra en la **fase de resistencia**, poniendo en marcha mecanismos de resiliencia. Cuando aplicamos estos mecanismos durante un tiempo prolongado sin poder volver a nuestra situación de equilibrio, entramos en la **fase de agotamiento** extremo o *burnout*.

El **distrés** o estrés crónico acumulado de los humanos se caracteriza porque no tenemos tiempo de recuperación o reparación entre los episodios o eventos que nos afectan. (Ahora bien, recordemos que hay un estrés positivo que nos pone las pilas para sacar adelante proyectos importantes, por ejemplo.)

¿Qué podemos hacer para estar mejor? Como Stephen Covey decía, tenemos que buscar el momento cada día para **afilarse el hacha**. Esto nos ayudará a gestionar la presión y ser más eficientes. Tenemos que cuidar las tres dimensiones del ser humano: cuerpo, mente y espíritu. Para ello, debemos, entre otras cosas, cuidar nuestra postura, seguir la dieta mediterránea, dormir lo suficiente y evitar el sedentarismo.

LAO TSE DIJO HACE 2,500 AÑOS:

**“SI ESTÁS DEPRIMIDO, ESTÁS VIVIENDO EN EL PASADO. SI ESTÁS ANSIOSO, ESTÁS VIVIENDO EN EL FUTURO. SI ESTÁS EN PAZ, ESTÁS VIVIENDO EN EL PRESENTE”.**

## Grado de cooperación y sinergia del equipo

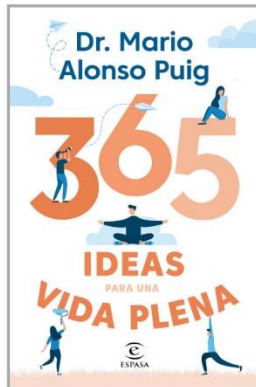
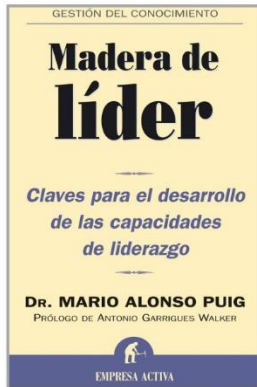
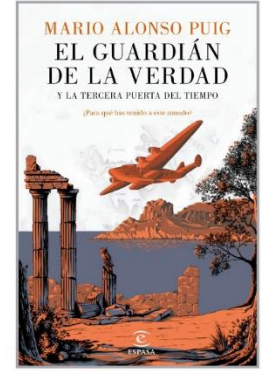
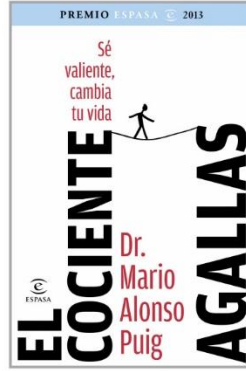
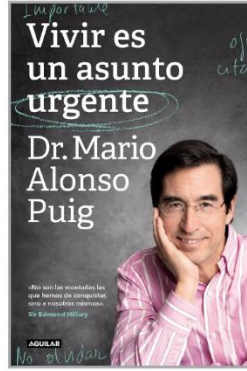
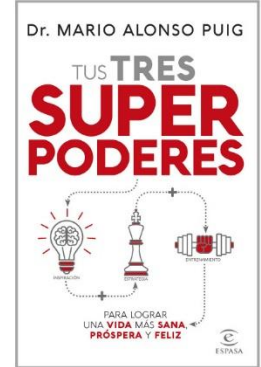
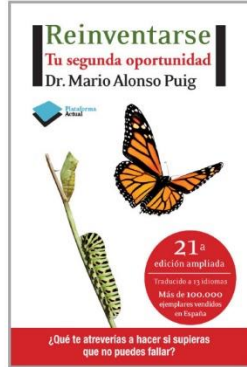
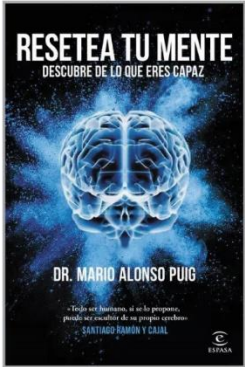
Recordemos al Dr. Denton Cooley, cirujano cardiovascular, y la importancia de que el equipo tenga una visión compartida, la cooperación entre las personas y no creernos más que nadie. Al ser preguntado, un empleado de limpieza del hospital tenía muy claro que su trabajo era ayudar al Dr. Cooley a salvar vidas. La humildad, falta de ego y cercanía del Dr. Cooley hacía que este empleado se sintiera valorado, tuviera muy claro su sentido del propósito y estuviera comprometido con el hospital y su misión.

Las personas queremos lo siguiente:

- 1 Que se nos quiera por quien somos, no por lo que hacemos
- 2 Que se crea en nosotros y nuestro potencial
- 3 Que se nos valore
- 4 Que nos desafíen
- 5 Que nos apoyen y acompañen.

# People Who Inspire

## LIBROS DE MARIO ALONSO PUIG



Encuentre los libros de nuestros expertos en la tienda virtual  
The Bookstore by INTRAS [www.intrasbookstore.com](http://www.intrasbookstore.com)

THE BOOKSTORE  
by INTRAS

UPCOMING EVENT

# BEST OF THE BEST

VIRTUAL EVENT

Los eventos Best of the Best, una novedosa y refrescante oferta formativa virtual de INTRAS, consisten en un día de inmersión en aprendizaje dividido en cuatro sesiones, cada una impartida por un experto internacional de nuestra red de aliados. La particularidad más relevante de los Best of the Best es que los expositores seleccionados han obtenido de forma consistente las valoraciones más altas a lo largo de su trayectoria. Esto garantiza que los ejecutivos participantes recibirán valiosos conocimientos y herramientas que energizarán y potenciarán sus habilidades de ejecución.

## SPEAKERS

 <p><b>KICKOFF SESSION</b> <b>MARYAM VARELA</b> El líder que sinergiza: Cómo potenciar la confianza, la colaboración y el respeto en los equipos y las organizaciones.</p>	<p>★★★★★ Valoración del speaker: 4.8/5</p>	 <p><b>AFTERNOON SESSION</b> <b>JOSÉ AGUILAR</b> El Neoliderazgo: Paradigmas y competencias claves de liderazgo para un nuevo contexto.</p>	<p>★★★★★ Valoración del speaker: 4.8/5</p>
 <p><b>MORNING SESSION</b> <b>FRANCISCO JAVIER GALÁN</b> Movilizando el talento: Como lograr resultados extraordinarios y sostenibles a través de las personas.</p>	<p>★★★★★ Valoración del speaker: 4.8/5</p>	 <p><b>CLOSING SESSION</b> <b>MARITA ABRAHAM</b> Del liderazgo transaccional al liderazgo transformacional: Cómo habilitar, energizar y comprometer las personas en el actual escenario.</p>	<p>★★★★★ Valoración del speaker: 4.9/5</p>

## INFORMACIONES GENERALES

**Fecha:** 10 de mayo, 2022  
**Horario:** 9:00 a.m. a 5:30 p.m.

**Modalidad:** evento virtual  
**Plataforma:** Zoom

**Inversión:** US\$ 395.00  
**Incluye:** resumen ejecutivo y certificado.

¡INSCRÍBASE HOY!

(809) 542-0126 • [info@intras.com.do](mailto:info@intras.com.do) • [www.intras.com.do](http://www.intras.com.do)



¡NUEVA OFERTA  
FORMATIVA!

## BOOTCAMPS PRESENCIALES

Nueva oferta formativa sustentada en tres de nuestros cinco pilares: solo expertos, herramientas concretas y temas de vanguardia. Los **Bootcamps Presenciales de INTRAS** procuran ser espacios de aprendizaje donde la transferencia de *know-how* de forma efectiva es el objetivo primordial. Dicho de otra forma, su meta principal es la transmisión de conocimientos aplicables y accionables de inmediato en el lugar de trabajo de los participantes.

### CALENDARIO DE EVENTOS BOOTCAMPS PRESENCIALES:

 <p><b>CÓMO GESTIONAR EL CAMBIO EN LA EMPRESA</b> 19 y 20 de mayo</p>	 <p><b>GESTIONANDO EL COMPROMISO DE LOS COLABORADORES</b> 9 y 10 de junio</p>	 <p><b>EL LÍDER ASERTIVO</b> 28 y 29 de julio</p>	 <p><b>COACHING EJECUTIVO PARA UNA NUEVA ERA</b> 11 y 12 de agosto</p>
--	--	--	---

COMING SOON!

Red de  
Mentoring  
de España

PROGRAMA INTERNACIONAL DE ACREDITACIÓN DE MENTORES

# CERTIFICACIÓN EN MENTORING

## OBJETIVOS CONCRETOS DE LA CERTIFICACIÓN

- Desarrollar las habilidades y competencias necesarias para llevar a cabo un proceso de *mentoring*.
- Entender y practicar a través de vivencias, experiencias y escenarios la labor de *mentoring* y el rol del mentor.
- Aprender y ensayar una metodología de *mentoring* probada que permitirá a los participantes el desarrollo de la misma en su entorno profesional.
- Conocer las mejores prácticas de gestión de programas de *mentoring* apoyadas en investigaciones realizadas en numerosos programas durante los últimos diez años y testimonios.
- Desarrollar una metodología con las herramientas necesarias para llevar a cabo la labor de mentor.



➤ FECHA: 11 de mayo, 2022

➤ INSCRIPCIONES: (809) 542-0126 • [informacion@intras.com.do](mailto:informacion@intras.com.do)

## ¡Eleve sus conocimientos al próximo nivel!

Con las **Especializaciones** de INTRAS usted podrá:



Escoger tres *workshops* virtuales que sean de su preferencia dentro del listado de su Especialización.



Formarse de la mano de nuestros prestigiosos aliados internacionales Gamelearn y WOBI.



Acceder a un *hub* de contenidos especiales compuesto por artículos, videos, entrevistas y otros materiales complementarios.

## ¿En cuáles temas desea especializarse en el 2022?

1 LIDERAZGO PARA LA EJECUCIÓN	2 LIDERAZGO TRASCENDENTE	3 COMUNICACIÓN DE IMPACTO	4 AGILIDAD COMERCIAL	5 TRANSFORMACIÓN ORGANIZACIONAL	6 MARKETING INNOVADOR
7 CENTRALIDAD EN EL CLIENTE	8 GESTIÓN HUMANA VISIONARIA	9 PRODUCTIVIDAD ORGANIZACIONAL	10 GESTIÓN DISRUPTIVA	11 PERSPECTIVA ESTRATÉGICA	

¡Inscríbese hoy!

(809) 542-0126 • [informacion@intras.com.do](mailto:informacion@intras.com.do) • [www.intras.com.do](http://www.intras.com.do)





¿Necesita ampliar sus conocimientos profesionales fuera del país?

# Knowledge Brokers<sup>®</sup>

by INTRAS

Unidad de negocios de INTRAS que gestiona los programas y eventos con las más prestigiosas instituciones formativas, escuelas de negocios, firmas y empresas de capacitación a nivel global.

- Amplio catálogo de programas y de formatos a su disposición
- Seleccionamos y depuramos los mejores programas internacionales
- Asesoría y acompañamiento personalizado en el proceso de toma de decisión de las soluciones que más se adecúen a sus necesidades
- Garantía de calidad y efectividad de los programas

**¡LLÁMENOS Y OBTENGA LA MEJOR SOLUCIÓN A SUS REQUERIMIENTOS!**



¡El crecimiento de su empresa es nuestra meta!

## SOLUCIONES IN-HOUSE<sup>®</sup>

- > Proyectos de acompañamiento transformacionales
- > Servicios de capacitación
- > Gestión de proyectos organizacionales
- > Servicios especiales
- > Digital Learning



Tel.: (809) 542-0126 • e-mail: [ingrid.klavemann@intras.com.do](mailto:ingrid.klavemann@intras.com.do)



SPONSOR



COLLABORATING COMPANIES



Síguenos en:

