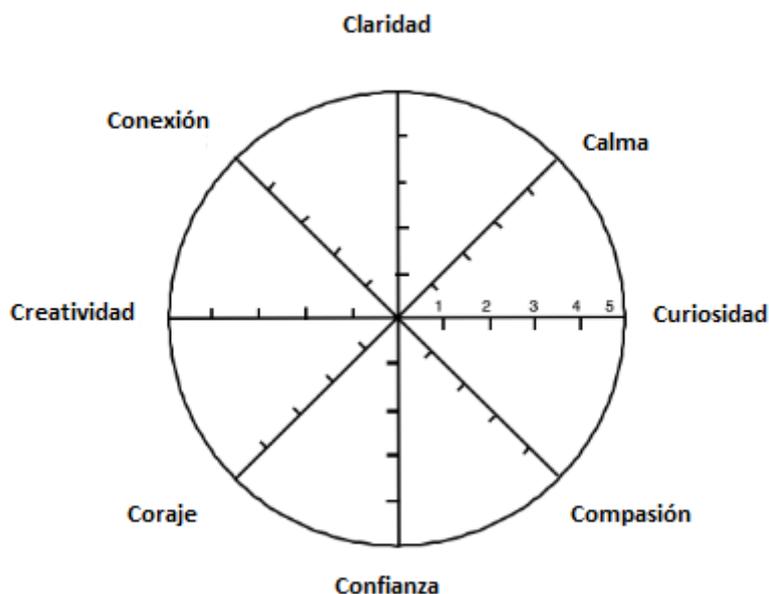


Las 8 C de la rueda del Autoliderazgo



Las 8 C del autoliderazgo nos ayudan a reconocer cuánto de nuestro “yo” está disponible para nosotros en cualquier momento. Utilizando el gráfico de radar anterior, califíquese en la escala con 0 (bajo) en el centro y 5 (alto) en el perímetro. Luego conecta los puntos para hacer una figura de 8 lados. Completa la figura de 8 lados con un resaltador.

Claridad : 1. La capacidad de percibir situaciones con precisión sin distorsión de creencias extremas y emociones. 2. La capacidad de mantener la objetividad sobre una situación en la que uno tiene un interés personal. 3. La capacidad de reconocer los propios prejuicios o ideas preconcebidas y luego buscar una comprensión más profunda

Calma – 1. Serenidad independientemente de las circunstancias 2. la capacidad de reaccionar a los desencadenantes en su medio ambiente de formas menos automáticas y extremas

Curiosidad - 1. Un fuerte deseo de saber o aprender algo nuevo sobre un tema, situación o persona en una manera sin juzgar 2. Tener un sentido de asombro sobre el mundo y cómo funcionan las cosas

Compasión - 1. Estar abiertamente presente y agradecido por los demás y por uno mismo sin sentir la necesidad de arreglar, cambiar, distanciar o juzgar 2. Una comprensión intuitiva de que las cargas o el sufrimiento de los demás te afecta debido a tu conexión con ellos.

Confianza - 1. Para mantener la capacidad de permanecer completamente presente en una situación y manejar o reparar cualquier cosa que suceda 2. Haber internalizado el crecimiento que proviene de la curación anterior traumas y fracasos 3. Comprender que la vida y el aprendizaje incluyen cometer errores

Coraje - 1. Fuerza frente a una amenaza, desafío o peligro 2. Para actuar hacia una meta que otros encontrarían abrumador 3. Asumir la responsabilidad completa de las acciones de uno y corregir los errores propios 4. La voluntad de reflexionar y explorar el mundo interior de uno.

Creatividad - 1. El uso de la imaginación para producir ideas originales 2. La capacidad de entrar en el "flujo estado" en el que la expresión fluye espontáneamente de nosotros y nos sumergimos en el placer de la actividad 3. La capacidad de crear aprendizaje generativo y soluciones a problemas solo o con otros

Conexión - 1. El estado de sentirse parte de una entidad más grande, como una asociación, un equipo, comunidad u organización 2. Para poder relajar sus defensas con los demás, ya que sabe que no será juzgado ni controlado 3. Tener compañía y / o espiritualidad que ayude a uno a lidiar con la realidad de una manera que trasciende las circunstancias