



Desarrollo de liderazgo y mentalidad de éxito

Objetivos

- Establecer los cimientos del crecimiento personal como punto de partida para el desarrollo profesional, social y vital. Esta unidad aporta claridad sobre los principios fundamentales para impulsar el cambio interno: actitud, gestión emocional, visión y propósito. El participante tomará consciencia de su papel como protagonista de su vida.
- Profundizar en el conocimiento de uno mismo como base para construir una autoestima sólida, cultivar la autoconfianza y activar la motivación. El alumno descubrirá cómo comprenderse mejor, aceptarse y desarrollar una imagen de sí alineada con su valor personal, reconociendo el vínculo entre éxito y felicidad auténtica.
- Capacitar al alumnado para que desarrolle su facultad de autoliderarse como paso previo al liderazgo de equipos y proyectos. Se fomentará un liderazgo consciente, ético y humano, que inspire y transforme. Esta unidad conecta el desarrollo personal con la gestión de personas, impulsando la transformación desde el ejemplo.
- Desarrollar la capacidad del alumnado para enfrentar la adversidad, superar desafíos y salir fortalecido de ellos. Esta unidad enseña a cultivar la resiliencia como una habilidad esencial para el crecimiento personal y el éxito profesional. Potencia la actitud de superación, el uso consciente de las fortalezas personales y la transformación de los problemas en aprendizajes.
- Desarrollar habilidades interpersonales, sociales y comunicativas que favorezcan relaciones humanas sanas, auténticas y constructivas tanto en la vida personal como en los entornos profesionales. Esta unidad potencia la empatía, la comunicación consciente, el trabajo en equipo, el liderazgo participativo y el arte de influir positivamente en los demás.
- Desarrollar una comprensión profunda de lo que significa tener una mentalidad emprendedora como estilo de vida.
- Aprender a identificar en ti mismo las actitudes que potencian o limitan tu capacidad de emprender.
- Adquirir herramientas prácticas para cultivar una mentalidad de acción, aprendizaje, resiliencia y propósito.

- Invitar al alumnado a cerrar su proceso de crecimiento desde la consciencia plena, la gratitud y la responsabilidad personal, integrando los aprendizajes vividos, reconociendo la transformación interna alcanzada y proyectándose hacia el futuro con propósito claro, energía renovada y valor para seguir liderando su vida.

• **Contenidos**

Desarrollo de liderazgo y mentalidad de éxito	Tiempo estimado
<p>Unidad 1: Bases del crecimiento personal.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Crecimiento personal, liderazgo y mentalidad de éxito <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Qué es el crecimiento personal y por qué es clave para la vida y el trabajo. 1.2. Autoliderazgo: liderarte a ti mismo antes de liderar a los demás 1.3. Autoliderazgo y liderazgo: dos caras de la misma moneda 1.4. Mentalidad fija vs. Mentalidad de crecimiento 1.5. Hábitos, visión y actitud. 2. Actitud positiva: elegir cómo vivir. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Elegir cómo vivir es liderarte a ti mismo 2.2. La actitud como decisión y como energía que proyectamos 2.3. Cómo entrenar una actitud positiva y resiliente. 2.4. Optimismo inteligente vs. ingenuidad: realismo con esperanza. 2.5. ¿Cómo se cultiva un optimismo inteligente? 2.6. Beneficios personales, sociales y profesionales de una actitud proactiva 3. Inteligencia emocional: gestionar emociones para crecer y avanzar. <ol style="list-style-type: none"> 3.1. La inteligencia emocional se puede entrenar 3.2. ¿Por qué la IE es fundamental para el desarrollo y el liderazgo? 3.3. Reconocer, aceptar y gestionar nuestras emociones 3.4. Emociones como aliadas del crecimiento: miedo, alegría, ira, tristeza? 3.5. Aplicaciones de la inteligencia emocional en el trabajo, las relaciones y la toma de decisiones 4. Propósito de vida y sentido vital <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Vivir con propósito transforma tu desarrollo personal y profesional 4.2. ¿Cómo encontrar tu propósito? 4.3. Cómo descubrir o reconectar con tu propósito 4.4. ¿Por qué es fundamental esta distinción? 4.5. Conectar propósito y profesión: hacia una vida con coherencia 4.6. Pensamiento positivo para abordar el derrotismo 	

Cuestionario de Autoevaluación UA 01	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 01	60 minutos
Tiempo total de la unidad	14 horas
<p>Unidad 2: Autoconocimiento, confianza y autoestima.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El valor del autoconocimiento (I) <ol style="list-style-type: none"> 1.1. El valor del autoconocimiento (II) 1.2. Autoconocimiento y liderazgo personal. 1.3. La importancia de cuestionar nuestras creencias sobre nosotros mismos 1.4. El autoconocimiento como punto de partida para el cambio 1.5. Autoconocimiento y liderazgo transformacional 1.6. Herramientas para conocerse mejor: introspección, feedback, valores, talentos y creencias 1.7. El observador interno: aprender a escucharse sin juicio 1.8. El observador interno y el liderazgo consciente 2. Autoconfianza y autoestima: creer en ti y valorarte <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Relación entre autoestima, autoconfianza y liderazgo 2.2. Diferencias entre autoestima, autoimagen, autovaloración y autoconfianza 2.3. Cómo se forma (y deforma) la autoestima 2.4. Cómo se deforma la autoestima 2.5. Estrategias para reforzar tu confianza personal en entornos inciertos 2.6. La autoestima como clave del liderazgo, la acción y el bienestar emocional 2.7. ¿Por qué la autoestima es el eje que conecta liderazgo, acción y bienestar? 3. La motivación: mantener encendido el motor interior <ol style="list-style-type: none"> 3.1. La motivación como motor del liderazgo y la acción 3.2. Estrategias prácticas para cultivar y sostener tu motivación 3.3. La motivación fluctúa no es constante, es dinámica 3.4. La motivación como ciclo natural 3.5. Motivación intrínseca vs. extrínseca: entender las dos caras de la motivación 3.6. Cómo mantener la energía en momentos difíciles 3.7. Claves para mantener tu energía en momentos de desafío 3.8. Inspiración, voluntad y enfoque: claves para sostener el impulso 	

<ul style="list-style-type: none"> 3.9. Cómo trabajar juntos: inspiración, voluntad y enfoque como sistema de impulso 4. Del éxito a la felicidad: encontrar el equilibrio entre logro y bienestar <ul style="list-style-type: none"> 4.1. Éxito externo vs. Éxito interno 4.2. Claves para equilibrar éxito y felicidad 4.3. Redefiniendo el éxito 4.4. El éxito como proceso, no como meta final 4.5. El riesgo de perseguir logros sin sentido personal 4.6. Cómo evitar caer en la trampa del logro vacío 4.7. Éxito profesional y realización personal: un equilibrio posible 4.8. El equilibrio no es utopía: es estrategia 4.9. Claves para una "felicidad auténtica": gratitud, presencia, contribución, coherencia 4.10. Quiérete, sé amable contigo 	
Cuestionario de Autoevaluación UA 02	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 02	60 minutos
Tiempo total de la unidad	15 horas
<p>Unidad 3: Autoliderazgo y liderazgo consciente.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Qué es autoliderarse y por qué es tan poderoso (I) <ul style="list-style-type: none"> 1.1. Qué es autoliderarse y por qué es tan poderoso (II) 1.2. Por qué es tan poderoso autoliderarse 1.3. Gobernarte para guiar a otros 1.4. Autoconocimiento, autodisciplina y enfoque como pilares clave del autoliderazgo 1.5. Cómo desarrollar hábitos de liderazgo personal sostenibles 1.6. Claves para desarrollar hábitos de liderazgo personal sostenibles 1.7. Autoliderazgo en la vida, la empresa, los proyectos y las relaciones 2. Liderar desde el ejemplo y la influencia <ul style="list-style-type: none"> 2.1. Ser, hacer, compartir, comunicar, inspirar 2.2. La influencia positiva como herramienta transformadora 2.3. Elementos de la influencia positiva transformadora 2.4. Autoridad interna vs. Autoridad impuesta 2.5. Claves para inspirar desde el ejemplo: visión, escucha y acción 3. Habilidades directivas con sentido humano <ul style="list-style-type: none"> 3.1. Liderazgo emocionalmente inteligente. 	

<ul style="list-style-type: none"> 3.2. Comunicación efectiva, asertiva y empática 3.3. Escucha activa, gestión de conflictos y toma de decisiones con consciencia 3.4. Acompañar, motivar, delegar y empoderar desde la confianza. 4. Humanización de empresas y organizaciones <ul style="list-style-type: none"> 4.1. Claves para humanizar una organización de forma auténtica 4.2. Cultura organizacional: valores, personas y propósito 4.3. El líder como agente de humanidad 4.4. Liderar desde la proximidad y la conexión humana 4.5. Empresas con alma: bienestar, conexión, confianza y sentido 4.6. Las personas son clave, el capital humano es lo más importante 	
Cuestionario de Autoevaluación UA 03	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 03	60 minutos
Tiempo total de la unidad	14 horas
<p>Unidad 4: Resiliencia y superación</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Qué es la resiliencia y cómo desarrollarla (I) <ul style="list-style-type: none"> 1.1. Qué es la resiliencia y cómo desarrollarla (II) 1.2. Cómo desarrollar resiliencia: un proceso consciente y continuo 1.3. Más allá de la resistencia 1.4. Factores internos y externos que fortalecen la resiliencia 1.5. Mentalidad flexible: aceptar, adaptarse y avanzar 1.6. Prácticas diarias para cultivar la resiliencia 2. Voluntad, perseverancia y pasión <ul style="list-style-type: none"> 2.1. La voluntad como motor interno: elegir seguir adelante 2.2. Perseverar con inteligencia emocional 2.3. La pasión como impulso: hacer con sentido y energía 2.4. Cómo se conectan voluntad, perseverancia y pasión en la superación personal 3. Cómo transformar obstáculos en oportunidades <ul style="list-style-type: none"> 3.1. Cambiar la mirada: del problema a la posibilidad 3.2. Reencuadre positivo: resignificar lo vivido 3.3. Aprendizaje post-adversidad: crecer en medio del caos 3.4. Estrategias para entrenar la creatividad frente a la dificultad 4. Fortalezas personales: identificarlas, activarlas y 	

<ul style="list-style-type: none"> vivirlas 4.1. Qué son las fortalezas y por qué usarlas nos empodera 4.2. Conóctete para descubrir tu verdadero potencial 4.3. Cómo activar tus fortalezas en lo cotidiano y en momentos de dificultad 4.4. El valor de vivir desde lo mejor de ti 4.5. Problemas o circunstancias 	
Cuestionario de Autoevaluación UA 04	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 04	60 minutos
Tiempo total de la unidad	14 horas
<p>Unidad 5: Relaciones humanas e inteligencia social</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Relaciones humanas e inteligencia social <ul style="list-style-type: none"> 1.1. Habilidades sociales: la esencia del liderazgo humano y consciente 1.2. ¿Qué es la inteligencia social y por qué es clave en el éxito humano? 1.3. La empatía como capacidad de sentir con el otro 1.4. Humildad como actitud de aprendizaje y escucha. 1.5. Comprensión y respeto: claves para la convivencia 1.6. Cómo cultivar estas habilidades día a día 2. Comunicación consciente y relaciones de calidad <ul style="list-style-type: none"> 2.1. Diferencias entre oír, escuchar y comprender 2.2. Comunicación consciente: claridad, autenticidad y respeto 2.3. Gestión emocional en la comunicación. 2.4. La gestión emocional como puente hacia la empatía. 2.5. Cómo crear vínculos de confianza y relaciones sanas 2.6. El arte de decir lo que piensas sin destruir la relación 3. Trabajo en equipo y conexión interpersonal. <ul style="list-style-type: none"> 3.1. Ventajas del trabajo en equipo frente al trabajo en solitario 3.2. Roles naturales dentro de los equipos 3.3. Cómo aportar valor desde tus talentos 3.4. Conexión interpersonal: colaborar, no competir 3.5. La colaboración como estrategia de éxito 3.6. Inteligencia colectiva y cooperación para objetivos comunes 4. Liderazgo, mentoring y coaching. Escucha activa: dinámica y participativa <ul style="list-style-type: none"> 4.1. Del liderazgo impositivo al liderazgo consciente 	

<ul style="list-style-type: none"> 4.2. Qué es ser mentor y qué es ser coach: diferencias y coincidencias 1.1. 4.3 Coincidencias esenciales entre mentor y coach 4.3. Escucha activa: herramienta esencial del buen líder 4.4. Liderar con preguntas, con presencia y con ejemplo 4.5. El arte de acompañar procesos personales y profesionales 4.6. Desarrollo de forma consciente 4.7. Humildad para evolucionar 	
Cuestionario de Autoevaluación UA 05	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 05	60 minutos
Tiempo total de la unidad	15 horas
<p>Unidad 6: Mentalidad emprendedora.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Emprender es crecer <ul style="list-style-type: none"> 1.1. Actitud emprendedora como forma de vida 1.2. La mentalidad emprendedora no depende de tener un negocio, depende de tener una actitud 1.3. El perfil de la persona emprendedora: más allá del proyecto, una forma de ser. 1.4. Espíritu emprendedor aplicado a la vida personal, profesional y social 1.5. Mentalidad de abundancia frente a mentalidad de escasez 1.6. La mentalidad emprendedora necesita de la abundancia 1.7. Cómo cultivar una actitud emprendedora en cualquier etapa vital 2. Emprender como camino de crecimiento personal, profesional y vital. <ul style="list-style-type: none"> 2.1. Emprender como camino de transformación y autoconocimiento 2.2. El valor del error, del aprendizaje y de la mejora continua 2.3. Superar el miedo al fracaso y abrazar la incertidumbre 2.4. El emprendimiento como escuela de crecimiento personal 2.5. Claves para emprender proyectos con sentido y propósito 3. Vivir con coherencia, pasión y autenticidad <ul style="list-style-type: none"> 3.1. La pasión: el combustible que da sentido y energía a tu vida y tu profesión 3.2. Autenticidad: el valor de ser tú mismo en un 	

<ul style="list-style-type: none"> 3.3. mundo que te invita a ser otro Cómo conectar con tu esencia y transmitirla al mundo 3.4. La acción: transforma ideas en realidad 4. Toma de decisiones, acción y perseverancia 4.1. El arte de decidir: claridad, intuición y compromiso. 4.2. Pasar a la acción: el antídoto de la parálisis por análisis 4.3. Perseverar con inteligencia emocional y enfoque estratégico 4.4. Cómo sostener la motivación en los momentos difíciles 4.5. Resiliencia emprendedora: caerse siete veces, levantarse ocho 4.6. 10 conceptos, a tener en cuenta, para emprender cualquier actividad 	
Cuestionario de Autoevaluación UA 06	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 06	60 minutos
Tiempo total de la unidad	14 horas
Unidad 7: Vida "transformacional"	
<ul style="list-style-type: none"> 1. La transformación como esencia 1.1. Consciencia, Conciencia y Responsabilidad Personal 1.2. Consciencia: el poder de "darse cuenta" 1.3. Integrar consciencia y conciencia: la alquimia del liderazgo íntegro y consecuente 1.4. El poder de observarnos sin juicio 1.5. Responsabilidad personal: no controlamos lo que sucede, pero sí cómo respondemos 1.6. Responsabilidad personal en el liderazgo 1.7. Ser protagonistas de la vida, no víctimas de las circunstancias 1.8. Liderazgo personal y responsabilidad 1.9. Consciencia aplicada: del autoconocimiento a la acción coherente 1.10. Aplicar la consciencia en lo cotidiano 2. Trans-Formación y Valor 2.1. Transformarse no es simplemente cambiar 2.2. Lo visible y lo invisible del proceso de cambio interior 2.3. Aplicación al liderazgo y el desarrollo profesional 2.4. Cómo mantener viva la llama del crecimiento personal 2.5. Ser fuente de inspiración: tu vida como mensaje 	

<ul style="list-style-type: none"> para otros 3. Cierre emocional y mensaje de impulso 3.1. Honrar el camino recorrido: reconocimiento y gratitud 3.2. Agradecer los desafíos como maestros de vida 3.3. Soltar, integrar y proyectarse 3.4. Mensaje final: impulso, esperanza y visión 4. Conclusiones 	
Cuestionario de Autoevaluación UA 07	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 07	60 minutos
Tiempo total de la unidad	14 horas
7 unidades	100 horas