

Capital

Capital

INDICE



Quiénes somos

Una revista diferente:
• Flexibilidad
• Contacto
c/Alfonso 30, 4, 3 planta
28014 Madrid
Tel: 902 00 54 00 - Fax: 902 00 22 41



Claves para reinventarte con éxito

28 junio 2014
POR VALERÍN BUSTOS

[Twitter](#) [Facebook](#) [Google+](#)

Porque la lacra del desempleo llama a su puerta, o porque se aspira a una actividad profesional distinta, más acorde con las propias capacidades y con la preparación llevada a cabo, son muchas las personas que se plantean iniciar una nueva vida profesional. "Buscar la salida a tan complicada situación exige a menudo reinventarse profesionalmente y adaptarse a una nueva actividad", señala Pedro Palao, coach de TISOC Coaching. Un cambio de orientación laboral que no es tarea fácil de afrontar y que requiere no solo modificar hábitos laborales sino, también, prepararse mentalmente para afrontar los nuevos retos que se van a presentar, bien al cambiar de orientación laboral o al iniciar una actividad emprendedora dentro del mismo área profesional. "Los nuevos tiempos exigen adaptación, frescura, optimismo, deseos y ganas de aprender. Conseguir todo esto, y sobre todo mantenerlo cuando las cosas se complican, exige preparación", añade Palao. Y apunta los siguientes consejos:

1. **Aprende a dejar.** Apegarnos irremediablemente a "lo habitual" o "lo que hemos hecho siempre" puede ser un lastre para tu futuro. No importa qué hagas antes sino qué harás mañana.
2. **Descubre tus puntos fuertes.** Trabaja en tus competencias, pero solo en las tres que tú consideres más fuertes. Analiza en qué tres cosas eres especial, diferente, singular y por supuesto, bueno. No importa que no tenga relación con lo que has hecho hasta ahora. Recuerda: "Si siempre haces lo mismo, siempre obtendrás idénticos resultados".
3. **Analiza tu área de mejora.** No se trata de analizar en qué fallas, sino en qué puedes o debes mejorar para lograr hacer aquello en lo que eres bueno.
4. **Traza tu plan de acción.** Pero no te compliques la vida haciendo miles de planes. Al cerebro le encanta divagar y al final nos perdemos en basura mental. Crea un Plan de acción de 5 puntos con un primer paso claro y definido, que tenga la fecha de puesta en marcha.
5. **Establece un compromiso.** Comprométete con tus acciones y prepáralas lo mejor que puedas. No te permitas excusas para dejar de cumplir con lo que te has propuesto. Y una vez hecho, reconócele el mérito de cumplir el compromiso.
6. **Controla lo controlable.** Puede que te digan que eso no es para ti, que no es tu momento, que llegas tarde, que es una mala idea... El ruido siempre aparece cuando uno menos lo espera, por eso, controla lo controlable. Ejecuta aquellas acciones que dependen de ti, de tu voluntad y tus ganas, y deja fuera de tu plan de acción y de tu "plan de preocupación" aquello que no depende directamente de ti.
7. **Se crítico.** Si lo hacen los demás ¿por qué no lo vas a hacer tú? Pero desecha la crítica destructiva. Trabaja en positivo y aparta de tu mente términos limitantes y absolutos como "Jamás, Nunca, Siempre, Cada vez que...".
8. **Busca lo que realmente te apasiona.** Las cosas se pueden cambiar, alterar o modificar. Nada es inamovible y una estrategia o, incluso una acción bien planeada, a veces debe alterarse. Lo que no debería cambiar es la pasión que pones en lo que haces, en lo que deseas, en lo que planificas. Si le pones pasión a tu cambio laboral, tienes medio trabajo hecho.



Suscríbete a
Capital
por sólo
36€

**ESPECIAL
FORMACIÓN**

SEARCH

SEARCH

INDICE

- BANCA
- DESARROLLO CAPITAL
- EMPLEO
- ENTREPRENDIMIENTOS
- ENTREVISTAS
- ESTILOS DE VIDA
 - Deporte
 - Entretenimiento Arte
 - Comida
 - Viajes
- ESTRATEGIAS
- FIRMAS
- GENERAL
- INNOVACION
- INVERSION
- MACROECONOMIA
- OPINION
- TEMAS CAPITAL
- SECTORES
 - Aerolíneas
 - Alimentación
 - Comunicación
 - Construcción
 - Consultoría
 - Deporte
 - Distribución
 - Energía
 - Finanzas
 - Infraestructuras
 - Inmobiliarias
 - Motor
 - Química/Farmacia