

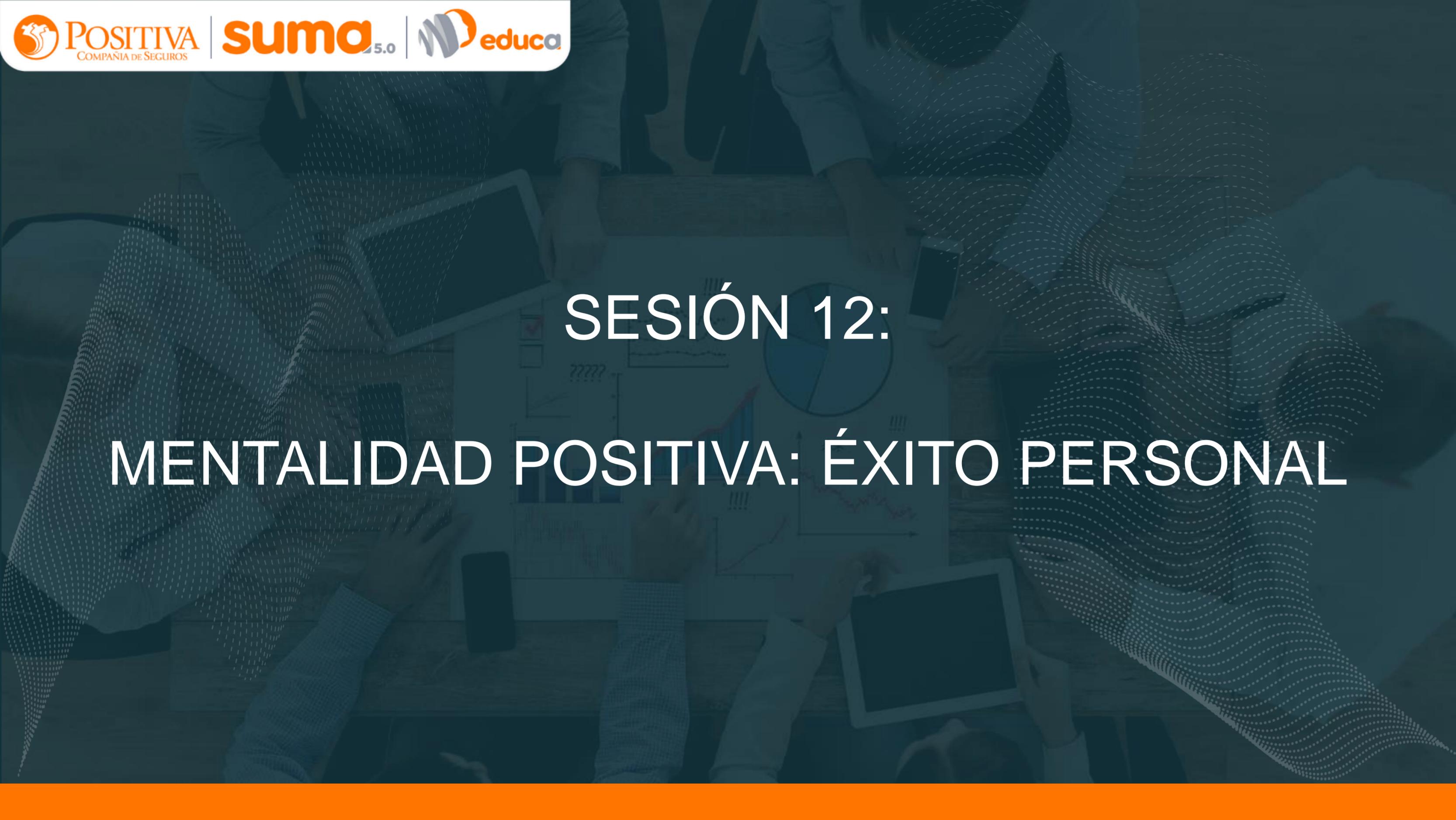
PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024

**Comunidad Nacional de
Conocimiento en:**

**FELICIDAD Y
CONSCIENCIA POR
LA VIDA**

**El cuidado de sí
suma a tu vida**





SESIÓN 12:

MENTALIDAD POSITIVA: ÉXITO PERSONAL

Experto Líder: Roberto Machado

Perfil Profesional:

Embajador Mundial de la Risa y Conferencista Certificado Internacional de Alto Impacto. Además, es Life Coach, Master Practitioner PNL, Coach Ontológico Empresarial y Hipnoterapeuta. Actualmente, está cursando el Diplomado en Felicidad Organizacional y Gestión de Personas en UANDES.



roberto@robertomachado.co



+57 350 8492513



Ruta del conocimiento



Ruta del conocimiento



Evaluémonos



*“TU MENTALIDAD ES EL TIMÓN DE TU VIDA:
DONDE APUNTAS, ALLÁ LLEGARÁS”*

Roberto Machado



TABLA DE CONTENIDO

01

¿Qué es una
mentalidad positiva?

02

Los pilares del éxito
personal.

03

Cómo transformar
obstáculos en
oportunidades.

04

Herramientas para
cultivar el éxito.

05

Ejercicio práctico:
Visualizando tu éxito.



Objetivo general

Fortalecer una mentalidad positiva que impulse el éxito personal y profesional, generando herramientas prácticas para enfrentar los desafíos del 2025 con confianza y determinación.



Objetivos específicos



Entender la relación entre mentalidad positiva y éxito personal.



Identificar hábitos y creencias que fomentan una vida exitosa.



Aprender técnicas para superar desafíos con actitud positiva.



Diseñar una visión clara y motivadora para el 2025.

¿QUÉ ES UNA MENTALIDAD POSITIVA?

- Es una forma de pensar que busca lo mejor en cada situación.
- Se enfoca en las oportunidades más que en los problemas.
- Se enfoca en las oportunidades más que en los problemas.
- No niega las dificultades, pero elige aprender de ellas.

LOS PILARES DEL ÉXITO PERSONAL

1 Mentalidad Positiva

Creer en tus capacidades y en las oportunidades que te rodean.

2 Disciplina

Compromiso diario con tus metas y valores.

3 Resiliencia

Afrontar los desafíos con coraje y aprender de ellos.

4 Propósito Claro

Tener una dirección que guíe tus acciones y decisiones.

5 Autocuidado

Priorizar tu bienestar físico, mental y emocional.





CÓMO TRANSFORMAR OBSTÁCULOS EN OPORTUNIDADES

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Reconoce el obstáculo

Identifica el reto y acepta su existencia.

Cambia la perspectiva

Pregúntate: ¿Qué puedo aprender de esto?

Encuentra soluciones creativas

Piensa fuera de lo convencional.

Actúa con propósito

Toma decisiones alineadas con tus objetivos.

Celebra el aprendizaje

Agradece la lección que el obstáculo te ha dejado.

HERRAMIENTAS PARA CULTIVAR EL ÉXITO

Visualización Positiva

Imagina el éxito. Visualiza tus metas alcanzadas. Esta técnica potencia la confianza y la motivación, preparando tu mente para lograr lo que deseas.

Planeación Estratégica

Define tus objetivos y crea un plan de acción con pasos concretos. Establece plazos realistas y monitorea tu progreso, adaptando tu estrategia cuando sea necesario.

Gestión del Tiempo

Prioriza tus tareas y optimiza tu tiempo. Utiliza herramientas para organizar tu agenda, delegar responsabilidades y evitar distracciones. El tiempo es un recurso valioso.

Red de Apoyo

Rodéate de personas que te inspiran, te motivan y te apoyan en tu camino. Busca mentores, colaboradores y amigos que te impulsen a crecer.

Adaptabilidad

El éxito no es lineal. Mantén una actitud flexible y adaptable. Aprende de tus errores, aprovecha las oportunidades y ajusta tus planes para alcanzar tus objetivos.

EJERCICIO PRÁCTICO: VISUALIZANDO TU ÉXITO

1. Cierra los ojos y respira profundamente tres veces.
2. Imagina que es diciembre de 2025.
3. Visualiza un día en el que has alcanzado tus metas más importantes.
 - ¿Dónde estás?
 - ¿Qué estás haciendo?
 - ¿Cómo te sientes?
4. Describe en una frase cómo luce tu éxito.
5. Trae esa sensación al presente y piensa en el primer paso que tomarás mañana.



***"El éxito comienza en tu mente.
Lo que creas posible, lo haces
inevitable."***

 **Roberto Machado**

**Gracias por permitirme acompañarlos en este
viaje hacia una mentalidad positiva y un éxito
personal transformador**

Bibliografía

- Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva. Stephen Covey. <https://lc.cx/by69Pd>
- Los Tus zonas erróneas. Wayne Dyer. <https://lc.cx/2XTRee>
- La auténtica felicidad. Martin Seligman. <https://lc.cx/aEG9iS>
- A Pensar Rápido, Pensar Despacio. Daniel Kahneman. <https://lc.cx/JcIVOU>



Evaluémonos





Recuerda que POSITIVA tiene para ti:

Posipedia

<https://posipedia.com.co/> 



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos

POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp



¡SIGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código
QR con tu celular