



CÁMARA  
NACIONAL DE  
PRODUCTORES  
DE LECHE

# Congreso Nacional Lechero 2022

15 y 16 de Noviembre - Wyndham San José Herradura

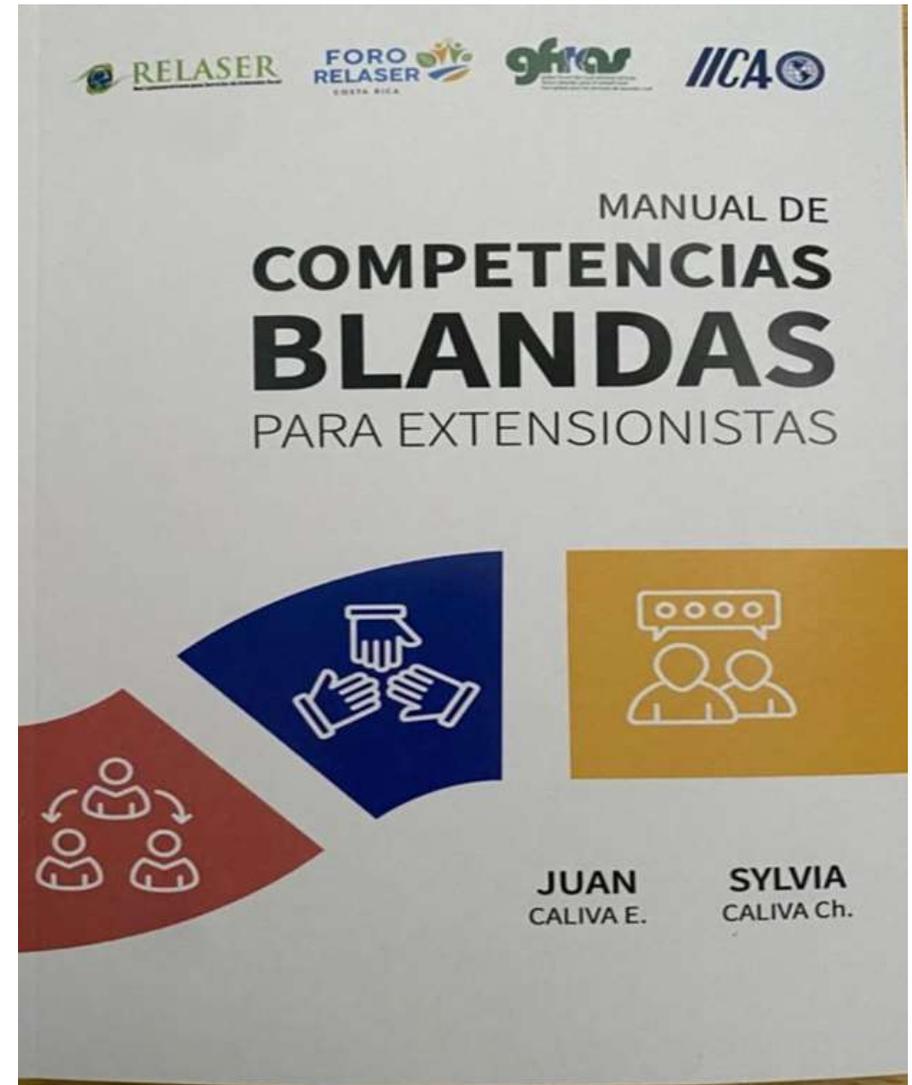
**Enfrentando los retos del futuro con optimismo.**



**Dr. Juan Caliva, Especialista en Educación y  
extensión agrícola IICA/FAO-Belaser**

# Competencias Blandas

- Publicado en 2021.
- Por FAO en el marco de la Red Latinoamericana de Servicios de Extensión Rural (Relaser) y la Representación del IICA en Costa Rica.
- Disponible en forma electrónica.



# Entorno

El entorno empresarial es el conjunto de factores que influyen en la actividad de una empresa a nivel:

- Local
- Nacional
- Regional
- Global



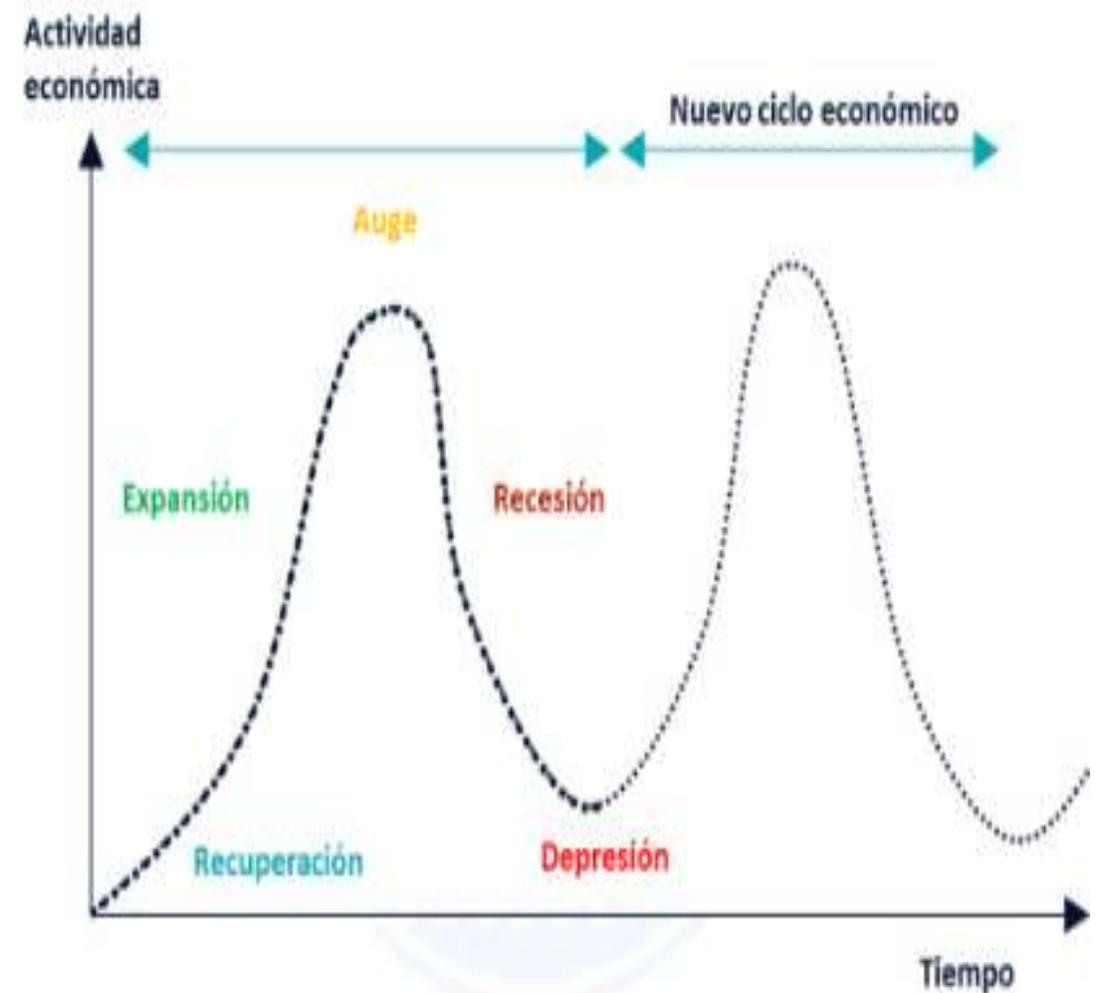
# MEGATENDENCIAS

- Cambio climático.
- Situación socio- política de Europa.
- Inflación.
- Libre competencia.



**En un entorno surge la crisis**

**Del latín crisis, es una coyuntura de cambios en cualquier aspecto de una realidad organizada pero dinámica, sujeta a evolución.**



**Japonés: Kiki**

**El primer ki, significa “peligro o temor”  
el segundo ki se puede traducir como  
oportunidad o surgir”.**

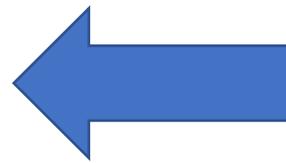
**sea que la crisis nos puede llevar a  
dos resultados opuestos:**

**peligro y miedo u optimismo y  
oportunidad**



Para Steven Venette

**La “crisis es un proceso de transformación en el que no se puede mantener el sistema antiguo”. 14 jun 2022. University of Southern Mississippi. School of Communications.**



# Viaje al optimismo.

## ¿Qué es optimismo?

- Es la idea que tiene el ser humano de siempre alcanzar lo mejor y esforzarse para conseguirlo.
- Puede ser individual o colectivo



**El vaso:**

**«¿Está medio vacío o medio lleno?» es una pregunta que suele hacerse para determinar si una persona posee actitud pesimista u optimista.**



## Hellen Keller, escritora sordo muda:

“Ningún pesimista ha descubierto el secreto de las estrellas, ni ha navegado por mares desconocidos, ni ha abierto una nueva puerta al espíritu humano”.



- **El optimismo se puede clasificar como una emoción y a su vez como una habilidad blanda.**
- **A diferencia de competencias duras como la matemática, física o química que se aprenden en el sistema educativo.**
- **Generalmente el optimismo aflora y se fortalece por interés de uno mismo.**

# Tipos de Emociones

## Emociones negativas

**Miedo,**  
**Ira,**  
**Tristeza**  
**Ansiedad**  
**Incomodidad**  
**Enojo**  
**Frustración**  
**Decepción**  
**Culpa**

## Emociones positivas

**Alegría**  
**Gratitud**  
**Serenidad**  
**Interés**  
**Esperanza**  
**Inspiración**  
**Amor**  
**OPTIMISMO**  
**Admiración**

## Emociones negativas generan adrenalina.

- Segregada por las glándulas suprarrenales se libera en momentos de estrés, peligro y excitación. Prepara el cuerpo para la acción
- Duración: de 2 minutos a una hora



## Emociones positivas generan dopamina.

Segregada en el cerebro se libera principalmente cuando cumplimos objetivos y metas. Produce satisfacción y felicidad  
Duración: durante de 1 o dos horas.



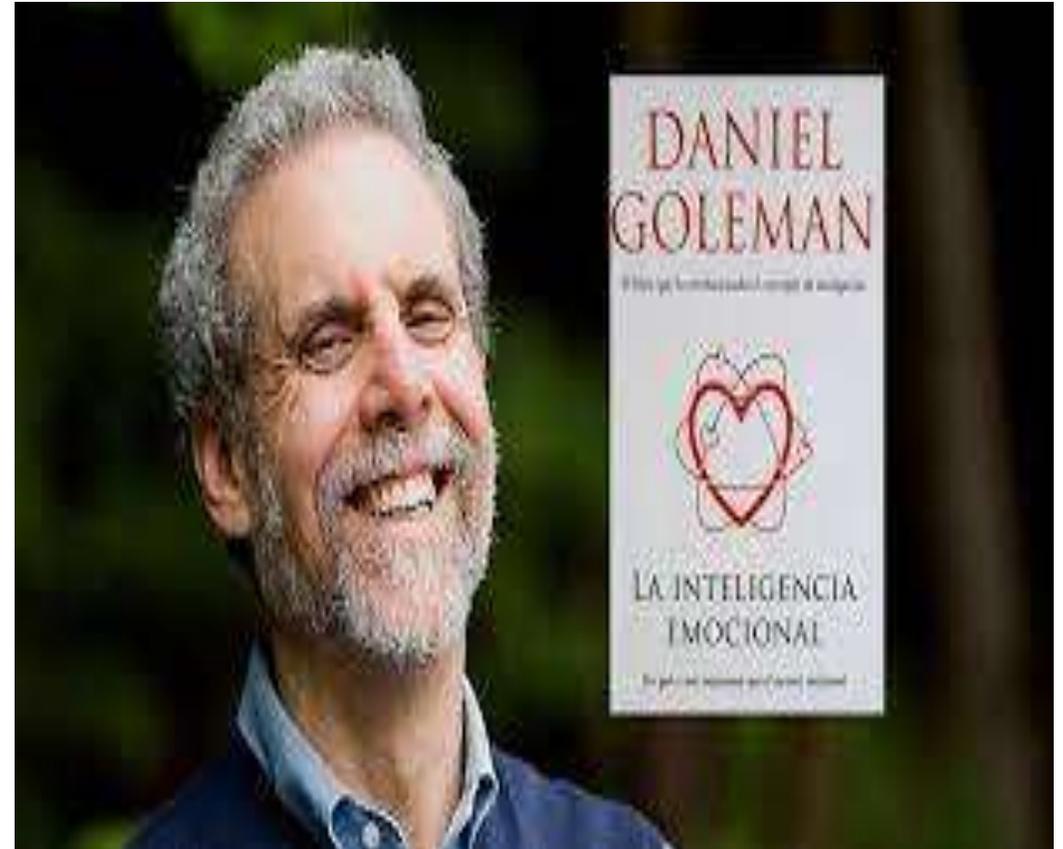
# Inteligencia emocional: Inteligencia Emocional

Daniel Goleman

Tenemos competencias emocionales que se dividen en dos:

**Intrapersonales:** conciencia de uno mismo, se refieren a la capacidad de conocernos a nosotros mismos.

**Interpersonales:** la relación que tenemos con los demás.



# Habilidades o competencias blandas



# 1. Ser resiliente

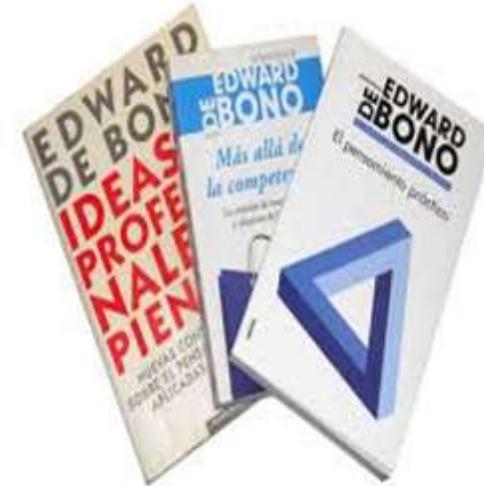
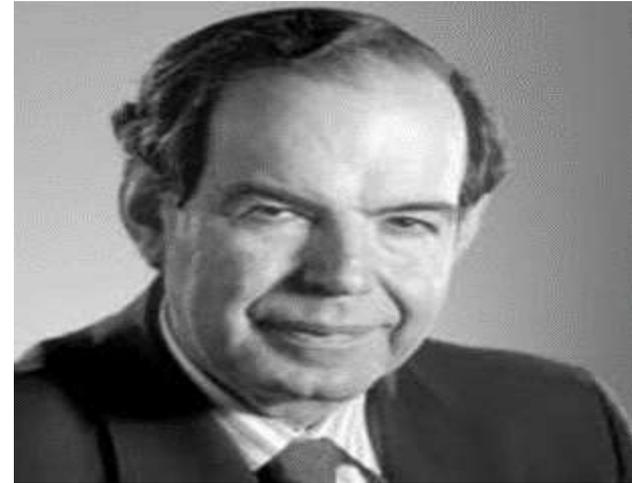
- La palabra resiliencia del latín, resilio, se traduce como «saltar, rebotar».
- Recibir un impacto y volver a su forma original o evolucionar.
- Pasar de un mal o de un bien menor hacia un bien mejor.



## 2. Ser creativo

### Eduardo de Bono

Escritor, psicólogo, entrenador e instructor en el tema del «pensamiento lateral», es la habilidad adquirida para hacer que el pensamiento escape a la rigidez y se convierta en creativo.





**Pensamiento vertical**



**Pensamiento lateral**

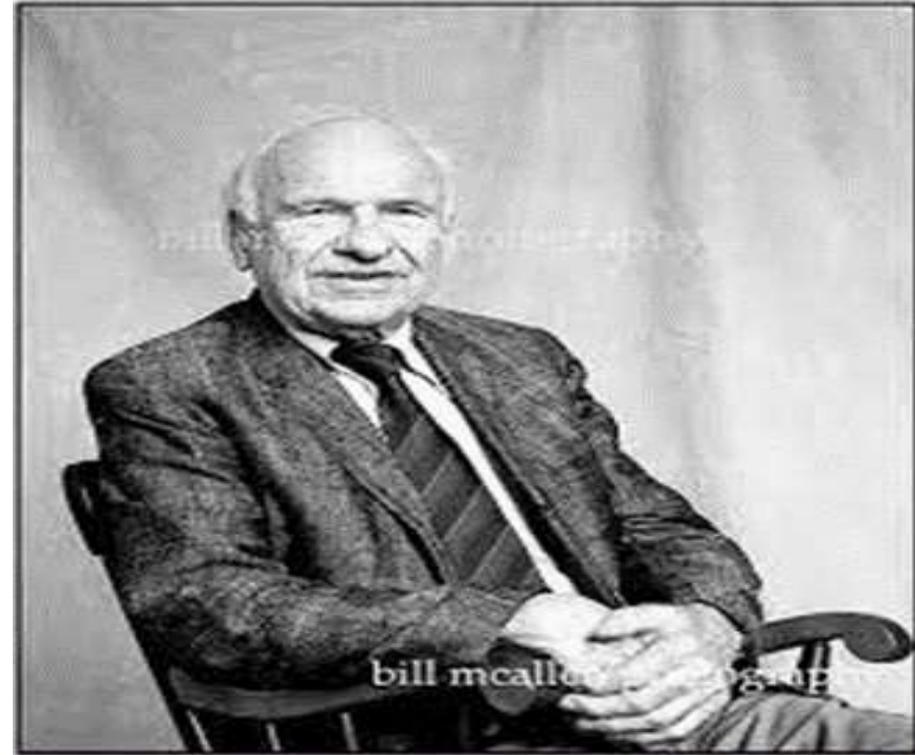
**Se caracteriza por ser un tipo de pensamiento basado en el análisis y el proceso vertical o lógico-matemático.**

**Busca fomentar la creatividad, aceptando nuevas ideas usando la imaginación Es más libre y creativo.**

### 3. Practique el liderazgo transformacional

#### El Liderazgo transformacional:

- Promueve la transformación de la empresa u organización.
- Mediante una visión de los que se quiere.
- Influencia positiva para motivar hacia la transformación



Su creador, el historiador norteamericano James MacGregor

# ¿Cómo se puede fortalecer el liderazgo?

- Establezca una visión y como lograrla.
- Lea sobre liderazgo.
- Inscríbase en un curso sobre este tema.
- Comunique la visión y logre el apoyo para alcanzarla.



## 4. No deje nada al azar!!!!!!

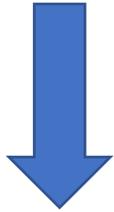
Planifique e identifique:



Para determinar:

- Hacia donde se debe ir = VISION
- Y como lograrlo = MISION

5. Fortalezca la confianza con los demás:



Aclaro las intenciones, entrego cuentas y fortalezco mis capacidades y entrego buenos resultados



Consigo mismo.



# **Cómo se puede fortalecer la confianza?**

- **Sea coherente entre lo que diga y haga.**
- **Aceptar errores y estar dispuesto a corregirlos.**
- **Entregue buenos resultados y a tiempo.**
- **No ofrecer acciones o resultados que no puedo cumplir.**

## 6. Practique valores



-Soy disciplinado, cumplo con lo que me he comprometido.

-Soy humilde, actúo libre de vanidad y delirios de grandeza.

-Soy honesto. Me comporto de acuerdo a los valores.

-Soy tolerante, respeto las diferencias.

-Soy solidario, apoyo a quienes mas lo necesitan.

## 7. Comunicación de ida y vuelta

- **Consiste en ampliar el acceso y la participación de personas productoras y dirigentes en el proceso de comunicación.**
- **Utilizando tanto en los medios de comunicación masiva como en las instituciones.**
- **y en las relaciones personales.**



## ¿Cómo se puede fortalecerse la comunicación?

- **Hable, no solo escriba mensajes.**
- **No use lenguaje ofensivo.**
- **Escuche... deje que las personas expresen sus ideas.**
- **Cuide su lenguaje corporal.**
- **Evite vacíos que pueden ser llenados con noticias falsas.**



## 8. Formación de Redes de trabajo utilizando las tecnologías de información y comunicación como:

- WhatsApp
- Correo electrónico
- Video conferencia



## Pasos importantes para formar una red de trabajo:



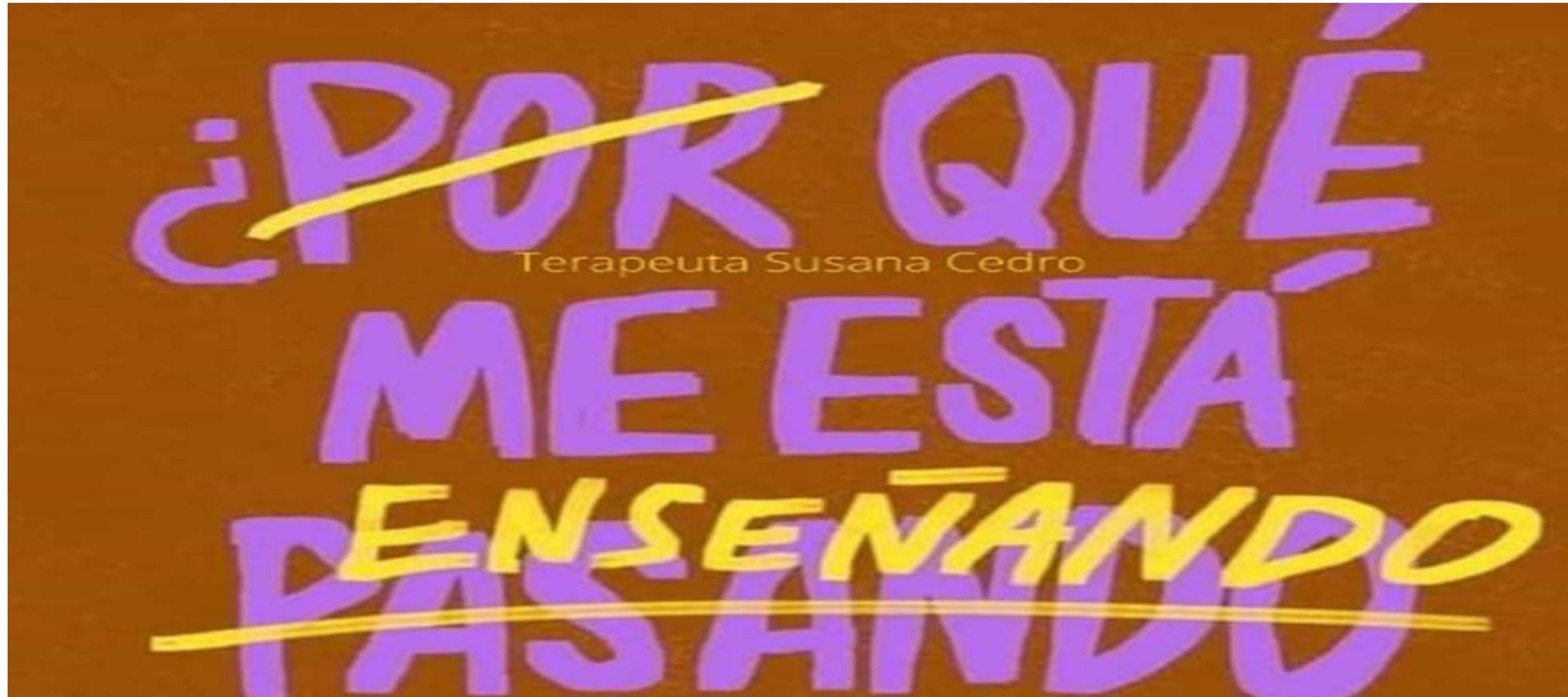
1. Identifique el tema.
2. Invite a participar.
3. Elabore un plan de trabajo.
4. Elabores un reglamento
5. Prepare un acta de constitución de la red.
6. Lograr que las personas firmen.
7. Documentar logros alcanzados

## Víctor Frankl, el hombre en busca de sentido



- Solo podemos vivir proyectándose en el futuro
- “El hombre no necesita realmente vivir sin tensiones, sino esforzarse y luchar por una meta o una misión que le merezca la pena”

No se pregunte..... Pregúntese .....



Esta situación

**Congreso Nacional Lechero 2022**

**Empoderamiento para generar optimismo:**

**No existen soluciones mágicas .....**

**Pero se puede generar el optimismo al ser Resiliente, practicar valores, formar redes de trabajo, estimular la creatividad, el liderazgo transformacional, la visión de futuro y la autoconfianza en un entorno dinámico.**

## Recuerden

- **Hacer las cosas con coraje, que viene del término latino "cor" (corazón) que significa "hacerlo con el corazón"**
- **y con entusiasmo, que viene del termino griego «en», «theou» y «asthma», que significa hacerlo con "Dios en nosotros".**
- **El lema de mi presentación es: "seamos optimistas del futuro, tenemos la razón, podemos prepararnos y tenemos los medios para lograrlo"**