

Sentir comodidad en la incomodidad

Presentado por
MARK C. PERNA



Términos de uso: Esta guía de actividades se facilita gratuitamente para uso público y privado. Se prohíbe publicar en Internet cualquier parte de estos materiales o alterarlos de cualquier forma para regalarlos o revenderlos. El incumplimiento constituye una infracción de los derechos de autor.

¡Bienvenido(a) al Programa de Ventaja Competitiva!

En estos atractivos videos “plug-and-play”, sus alumnos descubrirán poderosas habilidades para crear una ventaja competitiva personal y por qué la necesitan.

En un mundo en rápida evolución, los jóvenes deben desarrollar sólidas habilidades para la vida y la carrera profesional. Cada módulo (“Habilidad”) incluye una breve y sincera charla del creador del Career Tree, Mark C. Perna, sobre una habilidad específica, por su importancia y cómo se conecta a sus ventajas competitivas personales para lo que quieran conseguir en la vida.

▶ Haga clic en el video para obtener más información, o haga clic aquí

<https://youtu.be/o8W9X78A2fM>

MARK C. PERNA

“ *Desarrollar una ventaja competitiva puede ayudarte a avanzar, ya que te proporciona las habilidades necesarias para que te vaya bien en la vida y en cualquier cosa que te apasione. Te da un propósito y puedes llegar lejos.*

— Alumno



A continuación, puede aplicar uno o todos los recursos de este paquete:

- Reflexión del instructor
- Supersugerencias
- Temas de debate en grupo

Usted elige los elementos que tendrán mayor impacto en su entorno de aprendizaje.



“ *Me gustó que no nos presionaran para motivarnos e inspirarnos, como en cualquier otro video.*

— Alumno

Estrategias para el éxito

“ Necesitas esto porque lo necesitamos para sobrevivir... Seremos mejores que los demás y tendremos una ventaja competitiva. Y como estamos aprendiendo esto ahora, podríamos tener una gran ventaja sobre los demás.

— Alumno



El uso que le dé al **Programa de Ventaja Competitiva** depende exclusivamente de usted. Puede ser un ejercicio introductorio, material para todo un periodo de clase o algo que utilice en casa con su hijo(a). Puedes utilizar todos los materiales de este paquete o hacer variaciones. Estos recursos pueden ser adaptados de la forma que mejor convenga a su horario y a sus alumnos.

Dicho esto, conviene tener en cuenta algunas buenas prácticas:

- **Haga de la “ventaja competitiva” su tema:** Los instructores con experiencia que dirigieron el Programa de Ventaja Competitiva aprovecharon el poder de la repetición para retomar constantemente el concepto de ventaja competitiva personal. Todo lo que hacían los alumnos para avanzar lo hacían porque estaba relacionado con su propia ventaja competitiva. Con esta narrativa, los alumnos se mostraban más comprometidos cuando se les pedía que completaran el trabajo.
- **Conecte la “ventaja competitiva” con el estilo de vida que el alumno desea vivir:** Para los jóvenes de hoy, toda decisión –incluyendo la carrera– esta basada en su estilo de vida. El tipo de vida que pueden llevar, las cosas que pueden permitirse y los lugares a los que pueden ir son lo que motiva a los jóvenes a esforzarse. Desarrollar una ventaja competitiva personal hoy es lo que te prepara para el estilo de vida que quieres disfrutar mañana.
- **Fomente el esfuerzo:** Nuestros instructores del programa piloto sugieren que el concepto de ventaja competitiva personal es una herramienta útil para responder a preguntas como “¿Por qué tengo que aprender esto?” o “¿Cuándo voy a utilizar esto?”. La respuesta: “Todo forma parte del desarrollo de tu propia ventaja competitiva personal”. Convertir la “ventaja competitiva personal” en un tema constante a lo largo del día fomenta el esfuerzo y ayuda a replantear el reto que está experimentando el alumno con un objetivo final que le importa.
- **Cuando sea posible, conecte con el Career Tree:** Aunque el Programa de Ventaja Competitiva puede utilizarse como una lección independiente, también está diseñado para integrarse con la herramienta de exploración profesional de Career Tree. El Programa de Ventaja Competitiva ayuda a los alumnos a desarrollar su Sistema de Raíces y, en última instancia, a acercarse a su objetivo en el Career Tree. Más información sobre el Career Tree para uso en el aula [aquí](#).



“ Puede ayudarme porque me da algo en lo que apoyarme y me da ideas.

— Alumno

Habilidad 6:

Sentirse cómodo estando incómodo

Tiempo de duración del video: 7:50

Los alumnos descubrirán:

- Por qué sentirse incómodo puede ser positivo
- Cómo concentrarse, planificar y tomar acción cuando la vida se pone incómoda
- Por qué debemos “decir sí, y luego ver cómo la hacemos”
- Cómo nuestro “querer” personal nos impulsa a hacer cosas que nos ponen nerviosos
- Por qué concentrarse ahora en una ventaja competitiva personal nos prepara para cuando llegue nuestro “querer” personal

▶ Haga clic en el video anterior para empezar, o haga clic aquí:

<https://youtu.be/nRVr-yJ0mgs>

Visite MarkCPerna.com/cat para acceder a la biblioteca completa y gratuita de Habilidades y a las actividades descargables.

Reflexión del instructor

“Si deseas algo lo suficiente, descubrirás cómo hacerlo”. Esta cita de Mark puede ser a la vez alentadora y desafiante. Piense en lo que quieren sus alumnos. ¿Hasta qué punto lo quieren? ¿Cómo puede ayudarles a perfilar el estilo de vida que desean disfrutar algún día? Reflexione sobre las cosas que ha deseado lo suficiente como para esforzarse y por qué le importan, porque a ellos les importan de la misma manera. Una narrativa convincente acerca de su curso de estudio como la rampa de acceso a su ventaja competitiva y el logro de su “querer” ayudará a impulsar su rendimiento y el deseo de concluir con éxito.

Actividades: Página siguiente

Habilidad 6: Guía de Actividades

Temas de debate en grupo

- ¿Cómo te ayuda la incomodidad a concentrarte, planificar y pasar a la acción?
- ¿Qué significa “decir sí, y luego pensar cómo la hacemos”? ¿Por qué decidió Mark que necesitaba sentir comodidad en la incomodidad?
- ¿Cuál es el poder de esforzarse y probar algo nuevo?

Supersugerencias

Esta es solo una lista inicial para ayudarle a aumentar el impacto de esta Habilidad. Personalice estas actividades o cree las suyas propias para adaptarlas a su entorno de aprendizaje y programa de estudios, si procede.

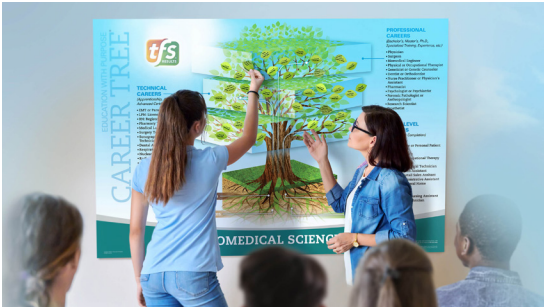
- Pida a los alumnos que piensen en algún momento en que la rama se rompe, ya sea en casa, en la escuela o en el trabajo.
Pregunte: **¿Cómo estás concentrándote, planificando y tomando acción para enfrentarte a esos retos? ¿En el futuro, cómo podrías concentrarte, planificar y pasar a la acción de una manera mejor?**
- Anime a los alumnos a pensar en las cosas que les resultan más fáciles.
Pregunte: **¿Si quieres más, ¿cómo puedes desafiarte a ti mismo para aumentar tus oportunidades y tu éxito?**
- En esta Habilidad, Mark afirma: “Si deseas algo lo suficiente, descubrirás cómo hacerlo”. Comparta esta cita con los alumnos para debatir sobre ella.
Pregunte: **¿Qué quisiste conseguir por mucho tiempo, y trabajaste muy duro para conseguirlo? Si nunca has deseado algo con tanta fuerza, ¿por qué deberías seguir trabajando ahora en el desarrollo de tu ventaja competitiva personal?**
- Como instructor, cuente una anécdota sobre un momento de su vida en el que se le haya roto la rama, ya sea a nivel personal o profesional. Desglose los pasos que ha dado para estabilizar su situación en términos de concentración, planificación y puesta en acción.
- Proyecto: Pida a los alumnos que escriban o presenten oralmente una reflexión sobre lo que han aprendido acerca sentirse cómodo estando incómodo.
Pregunte: **Si la mayoría de la gente se esfuerza por estar cómoda, pero el crecimiento ocurre en los momentos en que nos sentimos incómodos (centrándonos, planificando y pasando a la acción), describa cómo ese hecho nos ayuda a forjar una ventaja competitiva. ¿Cómo puede motivarnos la incomodidad a ser más ingeniosos, creativos y flexibles?**

Visión global

Esta pregunta final está diseñada para mostrar a los alumnos la relevancia de lo que están aprendiendo para su estilo de vida y sus objetivos profesionales. Deben ser capaces de conectar los puntos entre su ventaja competitiva única y lo que están aprendiendo.

- **¿De qué manera trabajar ahora en tu ventaja competitiva te prepara para cuando llegue tu “querer” personal?**

Descubre el Career Tree



Creado por el líder en educación Mark C. Perna, el Career Tree es la primera herramienta de exploración profesional basada en una perspectiva generacional. A través de un autodescubrimiento significativo, un diálogo continuo y el establecimiento de objetivos en el mundo real, este enfoque innovador está ayudando a organizaciones de toda Norteamérica a inscribir, comprometer y completar a un mayor número de alumnos. [Más información sobre el Career Tree aquí.](#)

Dentro del Career Tree, el Programa de Ventaja Competitiva ayuda a los jóvenes a sentar unas bases sólidas para alcanzar sus objetivos profesionales y de estilo de vida deseados. En el [portal de TFSCareerTree.com](#), nuestra

comunidad de [Career Tree](#) tiene acceso a versiones anticipadas, elementos curriculares y materiales de aprendizaje no disponibles para el público en general.

Puede utilizar los elementos gratuitos del Programa de Ventaja Competitiva sin formar parte de nuestra comunidad del Career Tree, pero le invitamos a que programe una demostración para explorar cómo el Career Tree puede potenciar sus esfuerzos.

Tenga en cuenta que el Career Tree es una herramienta para el aula y no está diseñado para su uso en casa. Estamos preparando nuevos recursos creados especialmente para los padres, así que suscríbese a nuestro [boletín gratuito Paradigm Shift](#) para estar al tanto de su publicación.

Mark C. Perna

CREADOR DEL CAREER TREE Y DEL PROGRAMA DE VENTAJA COMPETITIVA

Mark C. Perna es un líder generacional con la misión de cambiar el paradigma nacional de la educación, el empleo y el desarrollo económico. Cada año pronuncia más de 80 discursos en Norteamérica, incluido un discurso especial en la Universidad de Harvard. En Forbes.com, su columna semanal sobre cuestiones generacionales en las profesiones, la educación y la mano de obra llega a una audiencia de más de 4 millones de personas. Su micropodcast *Perna Syndicate* se escucha en más de 70 países.

Mark, quien forma parte del Consejo Asesor de la Coalición para el Desarrollo Profesional de Washington DC, fundó el movimiento Educación con Propósito y Empleo con Pasión para ayudar a las comunidades a conectar la educación, la empresa y las vías económicas. Es invitado habitual en televisión y podcasts, incluido el podcast sobre desarrollo económico número 1, *Develop This!*

Mark creó el Career Tree y el Programa de Ventaja Competitiva para capacitar a padres, educadores, empresarios y partes interesadas de la comunidad para liberar el tremendo potencial de las generaciones más jóvenes de hoy en día. Este es también el tema de su libro más vendido, *Answering Why*, que ganó ocho premios nacionales, entre ellos el Nautilus Award, que se concede a libros que marcan una diferencia positiva en el mundo.

Puede ponerse en contacto con Mark [aquí](#) y seguir su misión en estas plataformas:



MARK C. PERNA



MANTÉNGASE EN CONTACTO

¿Desea estar al tanto de nuestras últimas novedades en el Programa de Ventaja Competitiva y otros recursos gratuitos? Suscríbese ahora a nuestro [boletín gratuito Paradigm Shift](#) para recibir dos veces al mes estrategias, ideas y herramientas prácticas de Mark C. Perna, líder en educación y pensamiento generacional.