

# Máxima eficacia para la productividad personal

La productividad personal es la capacidad que tenemos las personas para lograr resultados en la vida. Lo realmente importante es definir cuáles son los resultados que de lograrlos serán significativos en nuestra vida e impactarán en satisfacción y prosperidad. Lograr la **máxima eficacia** personal es el desafío de hombres y mujeres en este mundo cambiante y exigente donde el tiempo, el máximo recurso que disponemos, parece diluirse entre enormes cantidades de acciones que a la postre, cuando se hace una reflexión profunda sobre las mismas, resultan ser improductivas sin aportación de valor alguno.

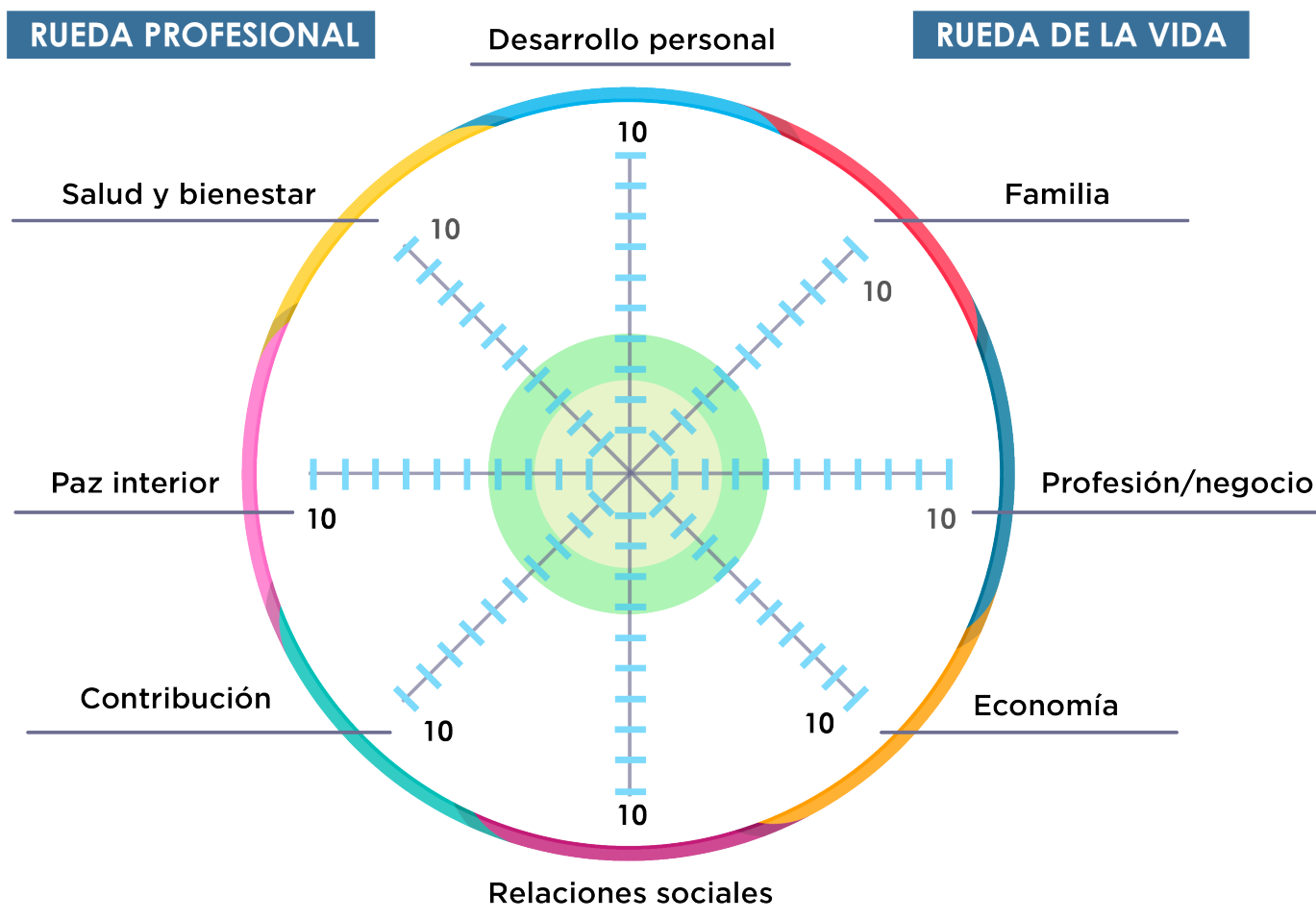
El punto de partida es contar con un **plan estratégico personal**. Sin la existencia de un plan personal de productividad, las acciones que realicemos se dispersan en múltiples factores fruto de la complejidad de la vida. Es muy fácil vivir la sensación de “pérdida de tiempo” cuando los esfuerzos que realizamos no van dirigidos a la obtención de resultados concretos.

## ¿Cómo asegurar la máxima eficacia para la productividad personal?

Lo primero que hay que hacer es elaborar un “mapa mental” de las áreas importantes donde realizamos o necesitamos realizar las acciones cruciales de nuestra vida. A este ejercicio, los Coaches le llamamos la “**rueda de la vida**”, que es una experiencia de autoanálisis de las diversas áreas que componen nuestro existir, cuyo objeto es verificar la situación en la que nos encontramos en cada una de ellas para generar planes de acción que favorezcan nuestra relación con otras personas, con el entorno y el alcance de objetivos y metas.

La rueda de la vida es una técnica que aplicamos a nuestros Coachees al inicio de un proceso de desarrollo individual. Sin una visión amplia que integre lo que realmente deseamos con relación a lo que hacemos en el día a día, será imposible generar un plan de vida personal satisfactorio que produzca **máxima eficacia**.





### Desarrollo personal:

Es el desarrollo cognitivo que permite adquirir destrezas y habilidades a partir de las cuales nos preparamos para responderle a la vida de manera efectiva y productiva. El desarrollo personal es un factor indispensable y recurrente. Está relacionado con el aprendizaje y en la adquisición de nuevas capacidades para resolver los problemas que se nos presentan.

### Familia:

En la familia es donde adquirimos los principios y valores fundamentales que nos guían a lo largo de la vida. Tomamos decisiones, actuamos y nos comportamos de acuerdo con estos valores y adquirimos sentido de pertenencia en el mundo cuando compartimos estos valores con las personas que más queremos.

### Profesión / negocio:

Elegimos la carrera en base a los valores que poseemos, a partir de ellos generamos amplia visión de nosotros mismos de manera que la vida profesional o el negocio que emprendemos construyen la mejor versión de lo que somos.

**Economía:**

Las personas exitosas construyen visión a largo plazo. Planean, actúan y modifican acciones teniendo un fin en mente. Organizan su tiempo con coherencia entre lo que hacen y lo que quieren lograr. Suelen alcanzar la independencia económica.

**Relaciones sociales:**

La **máxima eficacia** se consigue también construyendo relaciones de calidad, aplicando la inteligencia emocional adecuada y utilizando los actos del habla de manera efectiva. Saben pedir, conceden, cumplen promesas, se comprometen y se ocupan del bienestar de los demás como del suyo propio.

**Contribución:**

Las personas eficaces y productivas se ocupan de servir, sienten placer al sentirse útiles contribuyendo a la causa de otros, aportando valor a sus objetivos. Necesitamos superarnos a nosotros mismos y crear acciones que generen diferencia en el mundo y en la vida de otras personas.

**Paz interior:**

El bien humano más elevado, que produce mayor aportación energética, es la paz interior. Sentirse bien con uno mismo produce la sensación de plenitud y satisfacción plena, de que estamos en orden con la vida, que obtenemos justo lo que necesitamos para vivir en armonía. Como escribiera Amado Nervo: *“Vida nada te debo, nada me debes, estamos en paz”*.

**Salud y bienestar:**

Nada es posible si no contamos con un cuerpo sano y vigoroso. Cuidar el cuerpo, la salud, es elemento indispensable para alcanzar la productividad personal. Contar con una dieta adecuada, la relajación junto con el descanso y la práctica regular del ejercicio proporcionan un cuerpo y mente sanos, adecuados para potenciar nuestra capacidad de productividad personal.

Si deseas saber más acerca de cómo realizar un autoanálisis o este ejercicio de “rueda de la vida”, y de las diversas áreas que lo componen contáctanos [contacto@megaron.com.mx](mailto:contacto@megaron.com.mx)