

HISTORIAS DE NEGOCIOS Y GESTIÓN



ASCENDER EN EL TRABAJO O EL EVEREST En el libro '15 leyes infalibles para crecer', el gurú del liderazgo Maxwell establece un paralelismo entre la disciplina que hay que tener para hacer deporte y alcanzar el éxito profesional. Él mismo, que hace deporte desde los 14 años, cree que sin un plan establecido o la suficiente persistencia y constancia, ni se tiene buena forma ni se avanza profesionalmente. Ascender es escalar una gran montaña y se necesita de ese esfuerzo previo.

Crece, crece y crece

LIDERAZGO Triunfa en EEUU un libro con 15 leyes para avanzar profesional y personalmente.

Emelia Viaña. Madrid

Cuando John C. Maxwell publica un libro, el mundo de los negocios lee con atención. Ha vendido 21 millones de ejemplares y cualquier texto que lleva su nombre se convierte en éxito de ventas. Entre los más vendidos del año pasado y de lo que llevamos de 2013, ya está *The 15 Invaluable Laws of Growth* (15 Leyes infalibles para crecer). Cualquiera puede ponerlas en práctica.

1 La Intencionalidad. Para tener éxito necesita un plan. "El crecimiento no ocurre por sí solo. Trabajar duro no garantiza el éxito". Planifique su propio crecimiento.

2 La conciencia. Debe conocerse para crecer. "Necesita conocer sus puntos fuertes, debilidades, intereses y oportunidades". Es esencial que sepa qué quiere conseguir.

3 El espejo. "Todas las personas tienen las semillas del éxito, sólo tienen que regarlas". Muchas personas no saben cuál es su valor, necesitan mirarse al espejo.

4 La reflexión. Maxwell cita a Drucker: "Siga la acción eficaz con una llamada meditación. De la llamada meditación llegará una acción aún más eficaz".

5 La persistencia. La motivación es un detonante esencial del éxito, pero sólo la disciplina y la persistencia hacen que las personas sigan creciendo. Es necesario ser muy constante para lograrlo.

6 El entorno. El crecimiento sólo prospera en entornos propicios. Si usted no está en uno de ellos (trabajo, lugar de residencia...), tendrá que hacer lo posible por cambiarlo.

7 El diseño. Para maximizar el crecimiento, desarrolle estrategias. Diseñe qué va a hacer y cómo va a desarrollarlo. Los que le rodean deben saber cuál es el plan que ha escogido.

8 El dolor. Maneje las buenas experiencias, pero no olvide las malas. Éstas le ayudarán a seguir creciendo si sabe sacarles el partido.

9 La escalera. Para tener éxito, piense como una persona exitosa. Si piensa de forma mediocre, los demás le verán así. Transmitimos lo que pensamos y los demás sólo ven lo que les dejamos ver.

10 La banda elástica. El crecimiento se detiene cuando usted pierde la tensión. Tenga en cuenta dónde está y dónde podría estar si mantuviera la tensión.

11 La compensación. Tiene que ceder para crecer. Tendrá compromisos personales y deberá atenderlos, su crecimiento depende de que sepa gestionar esas cosas.

12 La curiosidad. El crecimiento es estimulado al preguntar por qué. Sólo el que tiene curiosidad por aprender crecerá.

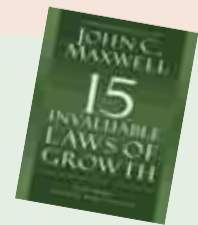
13 El modelo. Es difícil superarse cuando no tiene a nadie al lado al que merezca la pena seguir. Busque el modelo al que usted convertirá en su referente y crezca a partir de él.

14 La expansión. El crecimiento siempre aumenta su capacidad. Busque hacia dónde quiere expandirse (sectores, países...). Tenga claras sus preferencias.

15 La contribución. Desarrollarse a sí mismo, le capacita para desarrollar a otros. Sea generoso en la contribución que usted puede hacer a otro.

Maxwell cree que estas leyes son aplicables a los directivos y a los que no lo son, ya que ayudarán a cualquiera a crecer personal y profesionalmente.

- **Título:** 'The 15 Invaluable Laws of Growth' (15 Leyes infalibles para crecer).
- **Autor:** John C. Maxwell.
- **Editorial:** Center Street.
- **Páginas:** 288.



“Cada experiencia, también aquellas que son malas, se convierte en una oportunidad, aprenda de ellas”

“Trabajar duro no garantiza el éxito y la esperanza no es una estrategia que funcione”

“Todas las personas tienen las semillas del éxito, sólo tienen que regalarlas y alimentarlas”

PISTAS



Buzz Aldrin ha dado su apoyo al proyecto.

Una academia para viajar al espacio

Se buscan candidatos para hacer un viaje espacial. Con ese objetivo la marca Axe ha creado la Axe Apollo Space Academy que cuenta con el respaldo de uno de los hombres que pisó por primera vez la luna, Buzz Aldrin. En la academia se buscarán a jóvenes de 60 países y un español formará parte de uno de los primeros vuelos tripulados al espacio en 2014.

El 13% de los trabajadores tiene colesterol

El 13 por ciento de los trabajadores tienen unos niveles altos de colesterol en sangre (hipercolesterolemia). Es el resultado que ha mostrado un estudio realizado por la Sociedad de Prevención de Fremap en el que se han analizado diversos reconocimientos médicos realizados a trabajadores de diferentes organizaciones durante el año 2011.

La apnea aumenta el riesgo de cáncer

Investigadores del Área del Sueño de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (Separ) han descubierto que la falta de oxígeno durante la noche debido a una apnea obstructiva del sueño se asocia a una mayor incidencia de cáncer, según los resultados publicados en la revista *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*.