



20
26



FORMACIÓN Y LIDERAZGO

Episodio 11

Alas de Liderazgo

Tercer Módulo: Rompiendo Barreras

Llegamos al episodio final del Tercer Módulo. A lo largo de estos episodios enfrentamos seis barreras que frenan el liderazgo desde adentro: creer que estás al límite, el diálogo interno negativo, la zona de confort, el miedo al fracaso, la identidad de víctima y la falta de responsabilidad total.

Hoy cerramos el módulo con las dos últimas barreras. Y de cierta manera, son las que deciden si todo lo anterior sirve de algo.

Porque puedes reconocer tus límites, cuestionar tu diálogo interno, salir de tu zona de confort y asumir responsabilidad total. Pero si no eres capaz de sostenerte en el tiempo, nada de eso basta.

Séptima barrera: El límite autoimpuesto

Esta barrera no llega desde el exterior. No la construyeron tus circunstancias ni tu entorno. La construiste tú, con el tiempo, a partir de creencias que fueron tomando forma hasta convertirse en una verdad que ya no cuestionas.

El límite autoimpuesto es la convicción de que solo puedes llegar hasta cierto punto. Que "así eres". Que "eso no es para ti". Que ya intentaste y no funcionó. Que los demás pueden, pero tú tienes razones por las que no.

Lo que hay que romper: la creencia de que tu potencial tiene un techo definido.

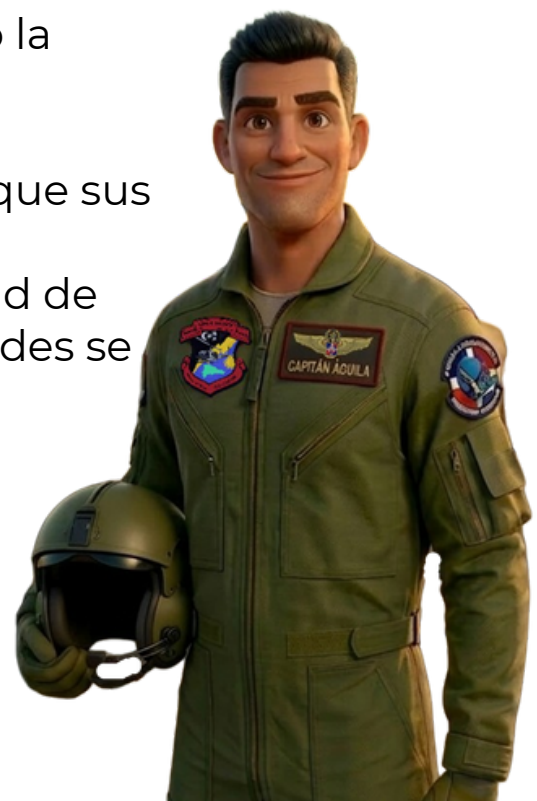
Carol Dweck, psicóloga de Stanford y autora de *Mindset: La actitud del éxito*, pasó décadas estudiando por qué algunas personas crecen ante los desafíos mientras otras se detienen. Y encontró la diferencia en algo que llamó la mentalidad.

Las personas con mentalidad fija creen que sus capacidades están determinadas y son inmutables. Las personas con mentalidad de crecimiento entienden que las capacidades se desarrollan con esfuerzo, estrategia y aprendizaje.



FUERZA AÉREA DE
REPÚBLICA DOMINICANA

ALAS DE LIDERAZGO



El límite autoimpuesto es el producto directo de una mentalidad fija. Y la buena noticia es que la mentalidad no es un rasgo de personalidad. Es un hábito de pensamiento. Y los hábitos se cambian.

Dweck lo explica con claridad: la diferencia entre quienes logran más no suele ser el talento ni la inteligencia. Es la disposición a seguir cuando los resultados no son inmediatos.

"En la mentalidad de crecimiento, el fracaso puede ser doloroso, pero no te define. Es un problema que hay que afrontar, manejar y aprender de él."

— Carol Dweck, *Mindset*

Un líder con mentalidad fija deja de desarrollarse en el momento en que decide que ya llegó a su límite. Y un líder que deja de desarrollarse comienza, sin darse cuenta, a retroceder.

Permíteme hacerte una pregunta directa: ¿En qué área de tu liderazgo has decidido, sin cuestionarlo, que "hasta aquí puedo llegar"?

Respóndete con honestidad. Porque ese techo que sientes, casi siempre no es real. Es el límite de cuánto has decidido intentar.

Octava barrera: La inconsistencia

Esta es la barrera final del módulo. Y en muchos sentidos, es la más decisiva. Porque no falta gente que empieze. Lo que falta es gente que sostiene.

La inconsistencia es el patrón de iniciar con intensidad y perder el ritmo antes de que los resultados aparezcan. Se presenta de muchas formas: la racha de días motivados seguida del abandono silencioso. El plan que funciona perfectamente hasta que algo lo interrumpe. El compromiso que dura mientras cuesta poco.

Lo que hay que romper: la dependencia de la motivación para actuar.

James Clear, en Hábitos atómicos, señala algo que cambia la manera de ver este problema: no somos lo que queremos ser. Somos lo que hacemos consistentemente. Y la consistencia no depende de cómo te sientes. Depende de los sistemas que construyes.

La motivación sube y baja. El entorno cambia. La vida interrumpe. El líder inconsistente espera las condiciones perfectas para actuar. El líder consistente actúa independientemente de las condiciones, porque ha construido sistemas que funcionan incluso cuando la motivación no aparece.

"No te elevas al nivel de tus metas. Caes al nivel de tus sistemas." — James Clear, Hábitos atómicos

Y Angela Duckworth, en Grit: El poder de la pasión y la perseverancia, añade otra dimensión: lo que distingue a las personas que logran grandes cosas no es el talento. Es la combinación de pasión y perseverancia sostenidas en el tiempo.

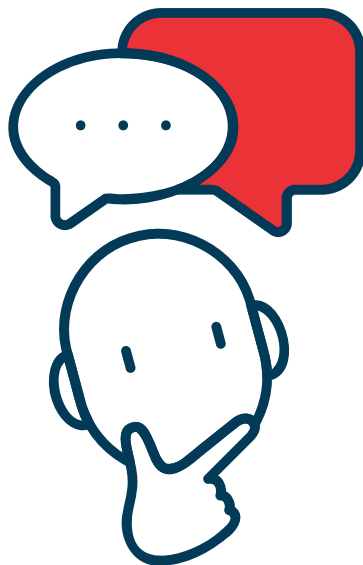
La perseverancia no es heroica ni dramática. Es ordinaria. Es hacer lo que tienes que hacer el día que menos quieres hacerlo. Es seguir cuando nadie está mirando y cuando los resultados todavía no son visibles.

Un líder inconsistente no solo afecta sus propios resultados. Le transmite un mensaje a su equipo: que el compromiso es opcional cuando las cosas se complican. Y eso destruye la cultura desde adentro.

¿Estoy desarrollando mi liderazgo?

Antes de avanzar al próximo módulo, hazte las siguientes preguntas:

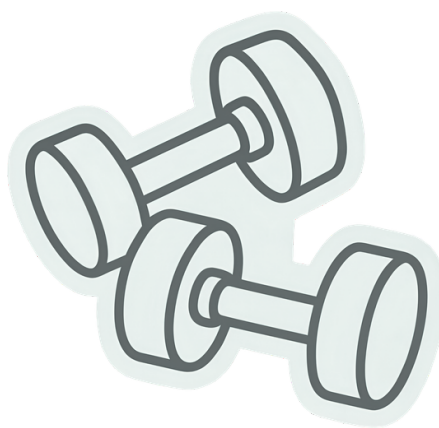
- ¿En qué área de mi vida he decidido, sin cuestionarlo, que ya llegué a mi límite?
- ¿Mis resultados actuales reflejan mi máximo potencial o el techo que yo mismo me impuse?
- ¿Cuántos proyectos o compromisos he comenzado en el último año y no he sostenido?
- ¿Estoy construyendo sistemas de acción o dependiendo de la motivación para actuar?
- ¿Qué diría mi equipo sobre mi consistencia como líder?



Ejercicios

Reflexiona sobre lo siguiente:

- Elige un área donde sientas que "ya llegaste a tu límite". Escribe tres evidencias concretas que demuestren que ese límite es real. Si no puedes encontrarlas, el límite es una creencia, no un hecho.
- Identifica un hábito de liderazgo que has intentado sostener y no has podido. Escribe el sistema mínimo que necesitas para practicarlo sin depender de la motivación: cuándo, dónde, y qué lo va a activar.
- Durante los próximos 21 días, elige una acción pequeña alineada con el líder que quieres ser y hazla todos los días, sin importar cómo te sientas. Anota cada día que la completes.



Cierre del Tercer Módulo: Rompiendo Barreras

Has completado el Tercer Módulo de Alas de Liderazgo. A lo largo de cuatro episodios y ocho barreras, recorriste el mapa interno del liderazgo. Estas barreras no vienen de afuera. Vienen de adentro. Y por eso son las más difíciles de romper, y las más poderosas de superar.

Este es el camino que recorriste:

1. Creer que estás al límite — Confundiste el cansancio con el techo. El límite real casi siempre está más allá de donde decidiste detenerte.
2. El diálogo interno negativo — Tu voz interna puede ser tu mayor aliada o tu peor adversaria. Aprendiste a cuestionarla.
3. La zona de confort — La comodidad no es seguridad. Es el lugar donde el crecimiento se detiene.
4. El miedo al fracaso — El fracaso no es el opuesto del éxito. Es parte del camino hacia él.

Cierre del Tercer Módulo: Rompiendo Barreras

- 5. La identidad de víctima — Lo que te pasó no define hasta dónde puedes llegar. Lo que decides hacer con eso, sí.
- 6. La falta de responsabilidad total — Culpar a otros te da una razón. Asumir la responsabilidad te da el poder.
- 7. El límite autoimpuesto — Tu potencial no tiene el techo que crees. Tiene el techo que decides no cuestionar.
- 8. La inconsistencia — No eres lo que quieres ser. Eres lo que haces consistentemente.

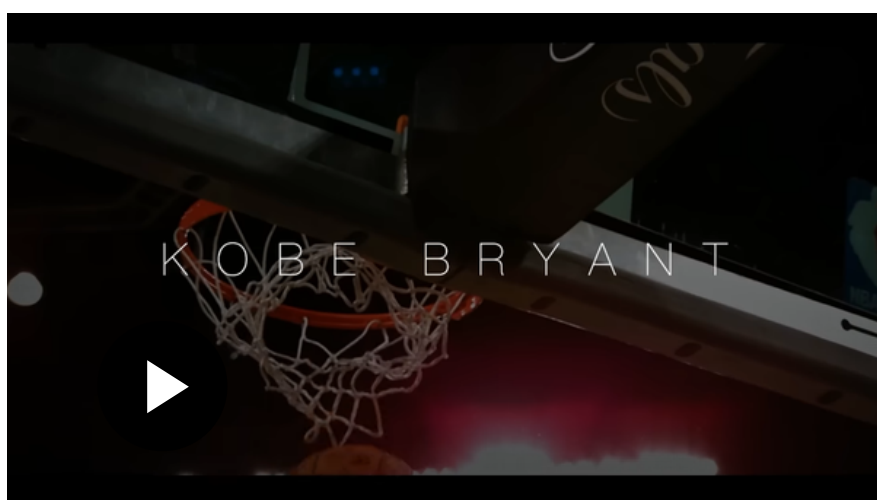


MATERIAL COMPLEMENTARIO

Te recomendamos este material audiovisual complementario. (Haz clic en el enlace)

1

LA MENTALIDAD DE UN GANADOR



2

HÁBITOS ATÓMICOS



El Liderazgo

Estas ocho barreras no son obstáculos que se eliminan una sola vez. Son patrones que reaparecen. Que se disfrazan. Que regresan en momentos distintos con caras diferentes. Por eso el trabajo del líder no termina cuando identifica las barreras. Continúa cuando construye la disciplina de enfrentarlas cada vez que aparecen. No existe un líder que nunca duda, que nunca siente miedo, que nunca cae en la inconsistencia. Existe el líder que, cuando todo eso ocurre, sabe lo que está pasando y decide actuar de todas formas. Eso es lo que has construido en este módulo.

GRACIAS POR SER PARTE