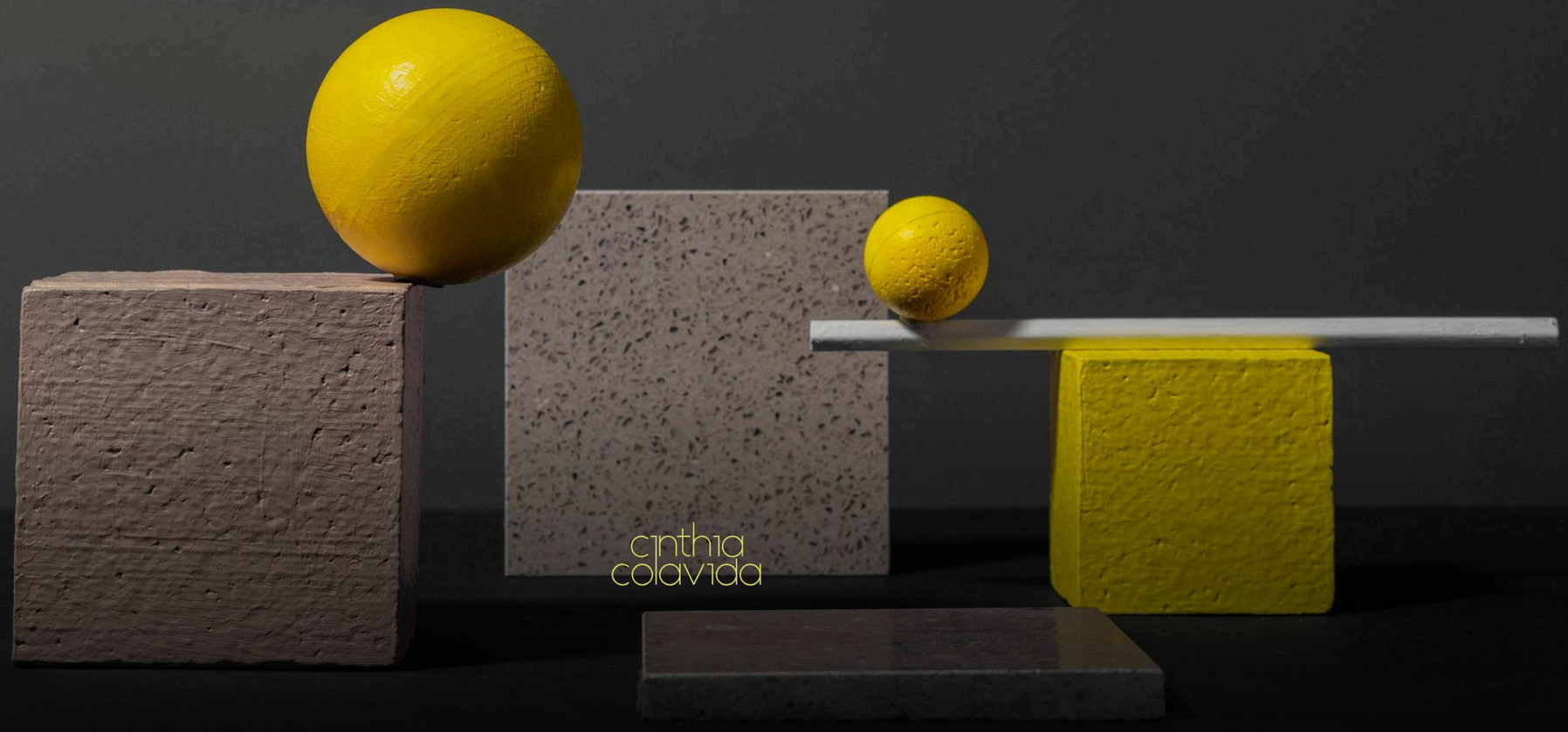
Mentalidad de crecimiento

Basado en “Mindset” de Carol Dweck, adaptado por Cinthia Colavida para cultivar la mentalidad de crecimiento en el ámbito empresarial.



¿Para qué me sirve entender mi "mentalidad"?

Si sos líder, gerente o emprendedor en un contexto de cambio constante (IA, nuevas generaciones, presiones económicas), ya vas notando que tu experiencia y tus títulos no son suficientes para navegar esta etapa exitosamente.

Lo que quizás no te quede tan claro es que **la manera en que interpretás tus capacidades** puede potenciar o frenar tus resultados.
En momentos donde lo que aprendemos se vuelve obsoleto en tan solo 6 meses, **aprender a aprender** es más importante que cualquier conocimiento. La mentalidad de crecimiento permite, encima, disfrutar ese proceso **no solo para vos, sino también para aquellos a quienes liderás.**

Carol Dweck demostró que quienes creen que su inteligencia y talento son fijos tienden a evitar desafíos porque cada tarea se convierte en un juicio sobre su valor. Este enfoque de **mentalidad fija**, alimenta el perfeccionismo y el agotamiento: te obligás a sostener una fachada de "súper profesional" que empieza a ser obsoleta y descuidás el equilibrio entre trabajo y vida personal.

En cambio, adoptar una **mentalidad de crecimiento** te libera de la necesidad de demostrar que sos brillante. Partís de la convicción de que tus habilidades pueden desarrollarse con práctica y apoyo. En vez de invertir energía en cuidar tu imagen, la enfocás en aprender, adaptarte y delegar. **Así, podés surfear mejor los cambios de contexto sin sacrificar resultados, equipo, salud, o disfrute personal.**

Test para detectar los rasgos de mi mentalidad

No tenemos una mentalidad fija o de aprendizaje permanentemente. Podemos cambiar de una mentalidad a otra según el contexto o el momento. Por eso es importante ser conscientes de cuál nos está dominando para gestionarla oportunamente.

Respondé las siguientes preguntas pensando en tu comportamiento habitual.
Cuantos más “sí” acumules en las primeras preguntas, más rasgos de **mentalidad fija** estás mostrando.

- ¿Solés evitar pedir **ayuda** porque temés parecer incompetente?
- ¿Preferís tareas que ya dominás a aquellas que te obligan a **aprender** algo nuevo?
- ¿Te justificás o te incomodás cuando recibís **feedback**?
- ¿Evitás conversaciones de **feedback** con tu equipo por miedo a que se ofendan o se vayan?
- ¿Sentís que tus **errores** prueban que no servís para determinadas tareas?
- ¿Buscás validar tu valor profesional a través del **reconocimiento** constante?
- ¿Preferís no **delegar** por miedo a que otros lo hagan peor? ¿Y mejor?
- ¿Preferís culpar al contexto/el resto ante los malos **resultados** sin analizar tu liderazgo y/o proceso?
- No lograr los **resultados** esperados de un trimestre ¿te define como un fracaso?

Ahora respondé estas otras. Cada “sí” indica rasgos de **mentalidad de crecimiento**

- ¿Te entusiasma **aprender** algo aunque implique equivocarte?
- ¿Escuchás las **críticas** como oportunidades de mejora?
- ¿Ves el esfuerzo y la **práctica** como el camino al dominio de una habilidad?
- ¿Buscás **proyectos** que te saquen de la zona de seguridad para evolucionar?
- ¿Asumís tus **errores**, los compartís con el equipo y los usás para ajustar procesos?
- ¿Compartís **delegando** efectivamente tus responsabilidades con otros?
- Si algo sale **mal**, ¿analizás qué podés hacer mejor para la próxima?
- ¿Solés compartir tus dudas en una reunión o preferís que nadie se entere de lo que no entendés?
- No lograr los resultados esperados de un trimestre ¿te desafía a reinventarte?

Diez maneras de cultivar tu mentalidad de crecimiento

01. Me enfoco en el proceso, no sólo en los resultados. Cuando reviso las métricas trimestrales, valoro la evolución de los procesos y las mejoras implementadas.

02. Me abro. Comparto mis inquietudes, vulnerabilidad y también tenacidad en lograr mis objetivos.

03. Acepto que puedo aprender cosas nuevas. Escuché hablar de una IA nueva que puede ayudarme a automatizar procesos, y estoy explorando para probarla.

04. Busco desafíos que me hagan crecer. Tomo la iniciativa para liderar un equipo interdisciplinario, para desafiarme orquestando y generando impacto.

05. Pido y agradezco feedback. Implemento evaluaciones 360° y converso con mis pares sobre cómo podemos apoyarnos mejor mutuamente.

06. Me rodeo de gente que me desafía. Converso con colegas con perspectivas diferentes para escuchar opiniones diversas y ampliar mi mirada.

07. Asumo la responsabilidad de mis errores. Si una iniciativa no funciona, comunico la situación al equipo, explico qué aprendí, cómo me sentí y qué ajustes haremos.

08. Sigo cultivando mi curiosidad. Dedico tiempo semanal a leer, escuchar podcasts o conversar con expertos de otras áreas.

09. Transformo los bajones en motor. Cuando estoy cansado o frustrado, reviso qué necesito cambiar para tener otra oportunidad. Pido ayuda y opinión a colaboradores, líderes y colegas. Busco pensarme como protagonista y no como víctima.

10. Promuevo la mentalidad de crecimiento en mi entorno. Fomento que mi equipo pruebe zonas no conocidas, aprenda, cometa errores, controle sus daños y comparta sus aprendizajes en reuniones, creando una cultura de mejora continua.

La base del hábito es repetir y corregir hasta automatizar

Agenda de revisiones

Fecha

Proceso o Resultados							
Me abro o me escondo							
Nuevo aprendizaje							
Error asumido							
Aporte a mi entorno							

¡Contame cómo te va yendo!

Trabajo en los tres ejes que más impactan en el bienestar y la efectividad de líderes y equipos.

- Conversaciones valiosas (y difíciles)
- Inteligencia emocional
- Gestión del tiempo

En mis entrenamientos combino mi experiencia en management, neurociencias y coaching para que tu cambio sea efectivo, medible y duradero.

Porque trabajar distinto sin perder bienestar no es un lujo: **es una decisión.**
El paso de la duda a la acción se entrena, no se espera.

Hablemos para dar ese paso juntos.



soy@cinthiacolavida.com.ar
+54 9 11 2831 4203
cinthiacolavida.com.ar
cinthiacolavida

¡Muchas Gracias!

cinthia
colavida