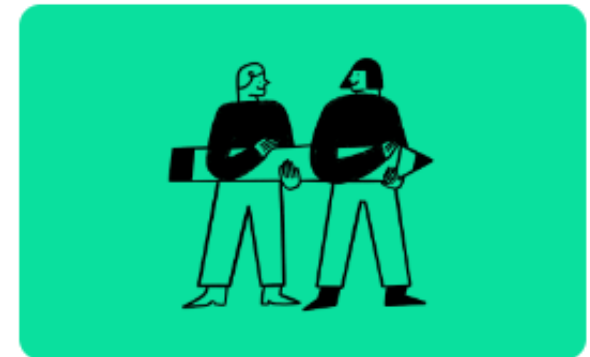




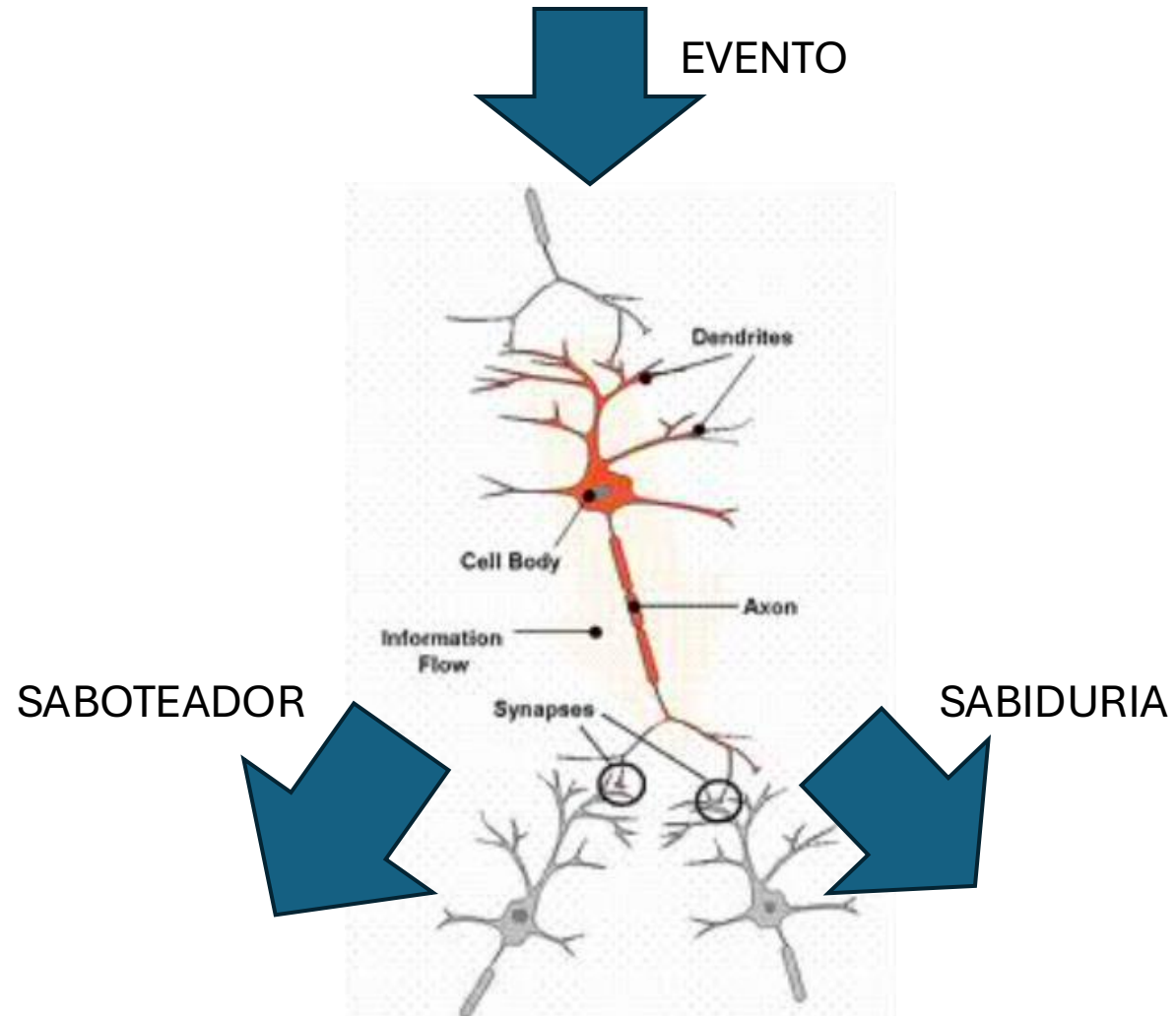
# Positive Intelligence



# La mente puede ser tu mejor amigo , pero tambien tu peor enemigo



# Neurociencia de la formación de hábitos



# LOS SABOTEADORES



Controller



Hyper-Achiever



Restless



Stickler



Pleaser



Hyper-Vigilant



Avoider



Victim



Hyper-Rational

Los compinches



El Juez , El Saboteador  
en Jefe

# El Juez: ( The Judge)



Es el master de los saboteadores. Es el que encuentra los errores en sí mismo, en otros, en las circunstancias.

Causa mucha ansiedad y enojo.

**El Inquieto  
(Restless)**



Constantemente en busca de la siguiente actividad o negocio.  
Rara vez está satisfecho con su situación actual

**El Hiper Trinufador  
(Hyper-achiever)**



Requiere estar logrando cosas para su autovalidación. Muy enfocado en el éxito externo, puede ser “workaholic” e incluso tener tendencia a poco contacto emocional.

**El Perfeccionista  
(The Stickler)**



Es puntual y metódico. Puede ser irritable, tenso y sarcástico y muy crítico de sí mismo y otros. Tiene una alta necesidad de control.

**El Controlador  
(Controller)**



Tiene mucha energía y necesita estar en control y a cargo. Conecta con otros por medio de la competencia, los retos o conflictos, en lugar de las emociones.

## El Hiper Vigilante (The hyper-vigilant)



Siempre ansioso, con dudas acerca de sí mismo y los otros. Atento en extremo a señales de peligro.

## El evitador (The Avoider)



Evita conflictos y dice sí aunque no quiera hacer algo. Le resta importancia a los problemas reales y tiene resistencia pasivo-agresiva, en lugar de ser directo.

## La víctima (The Victim)



Si es criticado o mal entendido, tiene a retirarse, resentirse o enojarse. Puede ser muy dramático o temperamental

## El complaciente (The Pleaser)



Tiene una alta necesidad de ser aceptado por los demás y busca rescatar, ayudar o halagar a otros. Necesita que le reafirmen el afecto.

## El Hiper Racional (The hyper-rational)



Tiene una intensa actividad mental, y no permite que la gente conozca sus sentimientos. Puede parecer arrogante. Prefiere analizar, ya que los sentimientos le parecen distractores e irrelevantes.



---

## La Historia del Semental

¿Quién puede decir si algo es malo o es bueno?



## Los Tres Regalos

En cualquier crisis, establece una intención y trata de encontrar los tres regalos que te ofrece; Conocimiento, Poder e inspiración

-Shirzard Chamine

# Los Tres Regalos



## Conocimiento

### EL REGALO DEL CONOCIMIENTO

Qué conocimiento necesitaria adquirir de tal forma que en futuras ocasiones el rendimiento sea mejor



## Poder

### EL REGALO DEL PODER

Qué poder sabio debo desarrollar para tener la fuerza para afrontar este reto y cuáles serán los regalos que me traerá en otras áreas de mi vida



## Inspiración

### EL REGALO DE LA INSPIRACIÓN

Qué acción inspiradora puedo tomar que no podría haber tomado sino hubiera experimentado este hecho traumático

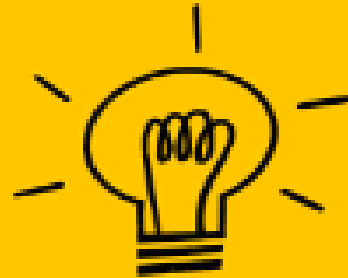
# LOS 5 PODERES DE LA SABIDURIA



EMPATIA



EXPLORACION



INNOVACION



NAVEGAR



ACTIVAR

## Investigación de vanguardia

La contribución revolucionaria de la investigación de la Inteligencia Positiva® es a través del análisis factorial para descubrir los factores centrales que afectan tanto al rendimiento como al bienestar.

Esta investigación reveló que solo hay 10 factores de respuesta negativos (10 Saboteadores) y solo cinco factores de respuesta positivos (5 Poderes de Sabio).

Descubrir estos factores fundamentales de rendimiento y bienestar simplifica drásticamente el desarrollo personal y profesional.

Interceptar al Saboteador y activar al Sabio da como resultado automáticamente una amplia gama de impactos que incluyen el manejo del estrés, la mejora de las relaciones, el rendimiento, la venta y la persuasión, la creatividad, el liderazgo, la resiliencia y la felicidad.

Esto se debe a que estamos reconfigurando el cerebro a nivel de raíz en lugar de tratar los síntomas.



**La inteligencia positiva aumenta el rendimiento y el bienestar de los participantes\***

**El 98 %** Experimenta un crecimiento de la inteligencia emocional

**El 92 %** Son mejores en el trabajo en equipo y la colaboración

**El 91 %** Gestiona mejor el estrés

**El 90 %** Utiliza la energía mental y emocional de forma más eficaz

**El 85 %** De aumento de la felicidad

**El 84 %** Son mejores en la gestión de conflictos

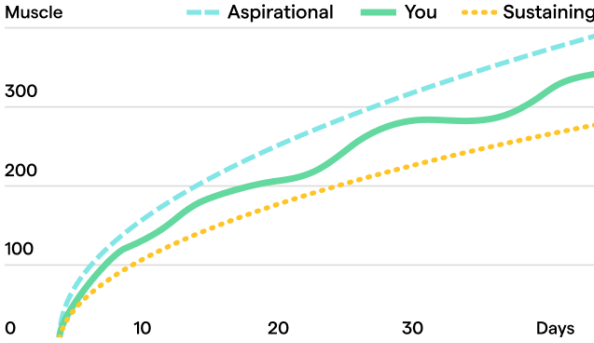
\*Basado en los resultados de una encuesta de una cohorte de >2000 participantes del Programa de Inteligencia Positiva después de seis semanas de entrenamiento de aptitud mental

## Progreso medible para individuos y equipos

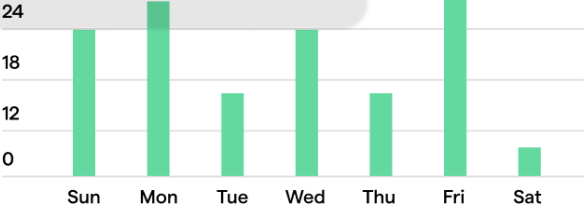
El Programa PQ ayuda a las personas y a los equipos a crecer para alcanzar su verdadero potencial. Los participantes pueden realizar un seguimiento de su progreso individual y establecer metas a lo largo del camino con la evaluación de puntuación del cociente de inteligencia positiva (PQ) fácil de usar

El Informe de Puntuación Muscular y el Informe de la Encuesta PQ realizan un seguimiento del progreso colectivo de su organización a lo largo del Programa PQ.

### Muscle

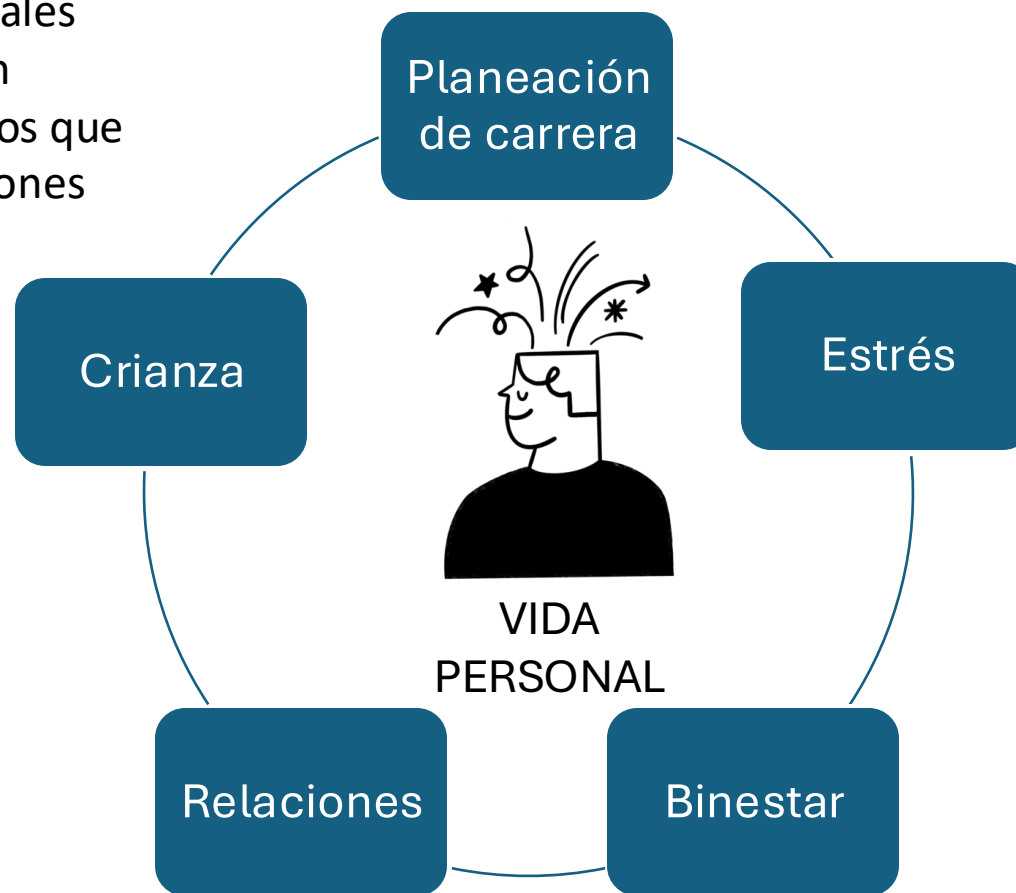


W M Y



## Aplicaciones de por vida

El programa PQ te ayuda a desarrollar tus tres músculos mentales centrales en el transcurso de solo seis semanas. Actualízate en cualquier momento después para desbloquear nuevos módulos que te permitan usar esos músculos para una variedad de aplicaciones laborales y personales



### **Planificación de Carrera**

Accede a tu sabiduría sabia guiando tu carrera para maximizar tanto los logros como la satisfacción.

Protégete de las trampas dirigidas por sabotadores que conducen a una sensación de logro sin satisfacción

### **Crianza**

Intercepta las trampas comunes de crianza dirigidas por sabotadores. Aprenda estrategias de crianza destinadas a mejorar la aptitud mental fundamental de sus hijos, el autocontrol y la fuerza de Sage.



VIDA  
PERSONAL

### **Estrés**

Descubre cómo tu estrés es generado en su totalidad por tus sabotadores específicos. Aprenda estrategias personalizadas para pasar de la respuesta de Saboteador a Sabio para minimizar el estrés.

### **Bienestar**

Descubre la neurociencia de tu conexión mente/cuerpo. Mejore su sueño, dieta y ejercicio guiados por las estrategias de Sage y protegidos de la interferencia de los sabotadores

### **Relaciones**

Descubre la proporción 3:1 positiva a negativa requerida en las relaciones saludables. Aprende la poderosa técnica del Diseño de Relaciones para construir y mantener relaciones saludables.

### **Gestión de conflictos**

Descubre cómo tus sabotadores específicos alimentan tus conflictos. Aprende a aplicar cada uno de los 5 Poderes Sabios para pasar del conflicto a las soluciones en las que todos ganan, incluso en las situaciones más desafiantes.

### **Liderazgo**

Desafía las suposiciones anticuadas de Saboteur sobre cómo liderar. Aprende un modelo de liderazgo que simultáneamente saque a relucir las mejores cualidades de Sage en ti mismo y en los demás.

### **Inteligencia Emocional**

Desarrolla 17 de las 18 competencias de EQ simplemente debilitando a tus Saboteadores y fortaleciendo tu Autocontrol y 5 Poderes Sabios.



VIDA  
PERSONAL

### **Rendimiento**

Todos los sabotadores sabotean la actuación. Desarrolle un plan de rendimiento personalizado utilizando su Autocontrol y Poderes Sabios para obtener un rendimiento óptimo

### **Creatividad**

Descubre cómo tus sabotadores específicos sabotean la creatividad en ti mismo y en los demás. Aprende a activar y acceder a la profunda sabiduría del cerebro del Sabio durante las actividades en solitario o en grupo.



# El Programa de Fundamentos consta de 6 semanas

## Fundación de Seis Semanas

Construye tu base de aptitud mental fortaleciendo tres músculos mentales críticos para cambiar el equilibrio de poder de tus Saboteadores internos (tu yo negativo) a tu Sabio interior (tu yo positivo).

## Semana 2-3. Músculo interceptor de saboteador

Tienes la oportunidad de interceptar a tus principales saboteadores en el momento en que intentan secuestrar tus pensamientos, sentimientos y acciones. En preparación para esta práctica, puedes exponer las mentiras, las creencias limitantes y el daño de tus saboteadores, para que ya no puedan engañarte haciéndote creer que son útiles para ti.



## Semana 1. Músculo de autocontrol

A través de un proceso innovador llamado PQ Reps, puedes aumentar tu músculo de autocontrol. Cada repetición de PQ solo toma 10 segundos y se puede hacer con los ojos abiertos o cerrados. Con cada repetición de PQ, desarrollas un mayor dominio sobre tu propia mente, silencias lo negativo y activas la región positiva de tu cerebro.

## Semana 4-6. Músculo de sabiduría

Tienes la oportunidad de practicar la Perspectiva del Sabio de que cada problema o desafío se puede convertir en un regalo y una oportunidad. Y puedes generar el regalo a través de los 5 Poderes Sabios de Empatizar, Explorar, Innovar, Navegar y Activar.

PQ® Program

Mas informacion en :

Positive Intelligence  
<https://www.positiveintelligence.com › program>