



Guía de Interpretación para Brain Talent

Una Mirada Profunda a tus Talentos Para Crear el Futuro que Deseas

by Joshua Freedman & the SEI Team
March 2017

Tres Preguntas Importantes

1 ¿Qué es un “Brain App”?

Tu cerebro posee muchas habilidades. Podríamos usar la metáfora de una aplicación de teléfono móvil: un Brain App es similar a una herramienta del tu cerebro.

¿Cuáles son las principales habilidades de tu cerebro?
¿Las estás usando eficientemente?

Lee más acerca de las aplicaciones en la páginas 3-5.

2 ¿Cómo puedo utilizar esta información?

Tu BTP te indica tus TOP 6 “Brain Apps.” Es posible que utilices estas 6 apps para mejorar tu desempeño tomando como base estas fortalezas; además de ayudarte en el proceso de desarrollar aplicaciones adicionales para ser más efectivo.

Lee más acerca de estas aplicaciones y algunos Tips en la páginas 5-10.

3 ¿Cuál es el siguiente paso?

Tomar conciencia no es suficiente. Para lograr cambios, necesitas tomar acción.

Revisa más de nuestras sugerencias en las páginas 12-13.

Obtén tu Brain Talent o Perfil de Talentos y revisa esta guía para comprender como usar tus Talentos!

“Brain Apps”: son habilidades para utilizar tus talentos.

¿Estás utilizando totalmente la capacidad de tu cerebro?

El “**Brain Talent**” – Perfil de Talento amplia la información obtenida en el “**Brain Brief Profile**.”

Identificamos el estilo de tu cerebro:

Enfoque:

Racional ↔ Emocional

Decisión:

Evaluativo ↔ Innovativo

Motivación:

Práctico ↔ Idealista

Más información: <http://esp.6sec.org/herramientas/SEI/>



Historia del “Brain App”

Esta aplicación está respaldada por una base de datos de más de 60,000 evaluaciones de inteligencia emocional a nivel mundial. Adicionalmente, se ha enriquecido mediante un proceso de análisis de la retroalimentación de más de 500 campeones de liderazgo en todo el globo, el aporte de un panel de 20 expertos en transformación (Más detalles en la página 11).

El resultado:

18 Habilidades Vitales para Lograr Transformaciones

Las 18 “Brain Apps” representan habilidades únicas y potentes, fundamentales para promover transformaciones. Fundamentadas en rigurosas investigaciones, estas habilidades son esenciales para prosperar en la realidad compleja – en el centro de trabajo, escuela o en la vida misma.

Las “Brain Apps” no son necesariamente conductas manifiestas. Por el contrario describen, habilidades que podrías utilizar.

¿Cuáles Brain Apps estás utilizando hoy?



Brain Apps

“App” es una metáfora con la que describimos “capacidad”. ¿Cual de estas utiliza con más facilidad tu cerebro?

Las 18 Apps

Las habilidades están organizadas dentro de las tres escalas de estilo cerebral o Brain Style, en 6 grupos:

Enfoque:

Lógica, información

App	Características
Data Mining	Permite notar, observar, y organizar detalles dentro del todo.
Modeling	Diseño de diferentes posibilidades e identificar alternativas lógicas
Prioritizing	Establecer prioridades de acuerdo a las necesidades.



Personas, emociones

App	Características
Connection	Permite vincularse con los demás; esencial para desarrollar lazos sólidos, construir redes y alianzas significativas
Emotional Insight	Ayuda a entender a las personas y predecir sus necesidades y sus dinámicas.
Collaboration	Refleja la capacidad de conectarse para trabajar en grupo con entendimiento mutuo.



Decisión:

Reducir Riesgos

App	Características
Reflection	Inclinarse a evaluar los riesgos antes de lanzarse a la acción
Adaptability	Permite ordenar y clasificar diversas perspectivas, evaluando y adaptándose al cambio.
Critical Thinking	Desarrolla pensamiento crítico para decisiones adecuadas , evalúa los pros y contras en el presente y futuro.



Aumentar oportunidades

App	Características
Resilience	Convierte los desafíos en oportunidades a la vez que se avanza.
Risk Tolerance	Toma en cuenta diferentes grados de complejidad mientras mantiene un balance.
Imagination	Se permite ver mas allá de lo visible, combinando información racional con emociones para encontrar el potencial.



Motivación

Presente, práctico

App	Características
Proactivity	Se compromete a tomar acción, sin la necesidad de presiones externas. Es proactivo.
Commitment	Mantiene el enfoque y la atención en lo que es importante.
Problem Solving	Crea soluciones para las necesidades.



Futuro, Idealista

App	Características
Vision	Crea y sustenta una visión a largo plazo que le provee energía y propósito.
Design	Ayuda a combinar la visión a largo plazo dentro del contexto actual.
Entrepreneurship	Facilita la capacidad para emprender la búsqueda de potencial.



Explorando las Apps

Enfoque: Racional

Estas tres habilidades les permiten a las personas procesar la información racional con efectividad y eficiencia.

Data Mining: Entender que es lo importante, notar detalles, patrones dentro de un contexto y filtrar lo esencial.

Modeling: Diseño de las diferentes posibilidades usando la información disponible.

Prioritizing: Decidir qué es importante evaluando las opciones y escogiendo una opción teniendo en cuenta el mejor resultado posible.

Desarrollo de Competencias

Algunos consejos para desarrollar habilidades en estas áreas:

- **Sintonízate.** Reduce la velocidad y nota los detalles - ¿Qué te sirve y qué no?
- **Pregunta.** Cuestiona tus propias suposiciones. ¿Qué significan? ¿Qué está sucediendo y porque?
- **Rompecabezas.** Visualiza cada situación como un rompecabezas. ¿Qué encaja y que no encaja? ¿Cómo se relacionan las partes? Busca conexiones.
- **Infórmate.** ¿Le estás dando suficiente información racional a tu cerebro? ¿Cómo puedes someter a prueba tus propias conjeturas e identificar más de una perspectiva?
- **Agrega información acerca de las emociones.** ¿Tiendes a ignorar la información de las emociones porque piensas que es más eficiente y cómodo usar el lado racional? Aplica ese análisis contigo y conéctate con la lógica de tus emociones y las de otros.
- **Busca Patrones:** La habilidad de inteligencia emocional que te facilita desarrollo en esta área es la de reconocer patrones.



Enfoque: Emocional

Estas tres habilidades les permiten a las personas procesar la información emocional con efectividad y eficiencia.

Connection: Estar abierto a conectarse, fomentar entendimiento mutuo, reflejar las emociones.

Emotional Insight: Percibir, aceptar y entender las propias emociones y las de otros

Collaboration: Crear y fomentar relaciones basadas en la colaboración, respetando las necesidades de todos y creando sincronía.

Desarrollo de Competencias

Algunos consejos para fortalecer habilidades en estas áreas:

- **Hablar con el corazón.** Las personas están continuamente transmitiendo señales emocionales, ya sea en con su lenguaje corporal o su tono de voz. ¿Puedes ver lo que hay más allá de las palabras?
- **Busca saber más.** Reflexiona acerca de la noción que las emociones son fuentes de información muy valiosa.
- **Reflexiona.** Cuando notes un detalle, pregúntate con honestidad ¿Qué sientes? ¿ Que significa?
- **Recolecta suficiente evidencia.** Muchas veces, en la realidad en que nos movemos se asume que la información que viene de las emociones no tiene valor. ¿Le estas dando a tu cerebro la suficiente información emocional y valorando el aporte que te brinda?
- **Tenemos un cerebro.** Recuerda que la información racional es muy valiosa. Busca armonizar con tu interior y prepárate para prestarle más atención a las señales cognitivas.
- **EQ.** La habilidad de inteligencia emocional “ Aumentar la Empatía” puede ayudarte a desarrollar esta área.



Decisión: Evaluativo

Estas tres habilidades ayudan a la personas a estimar riesgos, evaluar y resguardarse.

Reflection: La reflexión te ayuda a ver con claridad; pausas y observas para evaluar.

Adaptability: Estar abierto a cambiar de perspectiva o hacer cambios producto de nueva información y/o entendimiento.

Critical Thinking: Aplicar pensamiento crítico para que incluso lo desconocido tenga sentido, y aplicar esas reflexiones en otros contextos o a largo plazo.



Desarrollo de Competencias

Algunos consejos para fortalecer estas “apps”

- **Balance de tus Opciones.** Experimenta con la consideración de los pros and contras de las decisiones, concentrándote en ambos tipos de información: cognitiva y emocional.
- **Pausa de Six Seconds.** Antes de reaccionar, ya sea verbalmente o realizar alguna acción, procura tomarte una pausa de seis segundos y pregúntate: ¿Es está la mejor opción?
- **Tres más.** Al tomar una decisión, identifica por lo menos tres opciones. Si ninguna es la ideal, trata de identificar tres más. Luego selecciona la mejor o la “menos” perjudicial.
- **Date un espacio.** ¿Le estás dando suficiente espacio y oportunidades para una pasa, y dejarlo evaluar?
- **Espontaneidad.** ¿Te sientes más a gusto pensando mucho las cosas antes de tomar acción? ¿Qué pasaría si trataras actuar con más espontaneidad a veces?
- **EQ.** La competencia de inteligencia emocional que te ayuda a mejorar en esta área se llama Pensamiento Consecuente.

Decisión: Innovativo

Estas habilidades facilitan ver y crear posibilidades

Resilience: Remontar los obstáculos, identificar oportunidades y tomar responsabilidad por encontrar soluciones

Risk Tolerance: Manejar la complejidad enfocándote en el potencial a futuro y hacerte cargo de tu energía emocional.

Imagination: Concebir ideas más allá que actualmente existe, combinando apertura emocional y claridad cognitiva.

Desarrollo de Competencias

Para volverte más ágil, energético y adaptable pon en práctica estas sugerencias:

- **Sube y baja.** Para cualquier situación existen sus altas y sus bajas. Identifica seis de ellas, comparándolas.
- **Lente interno.** Práctica preguntándote ¿Qué haría una persona en balance, calmada y positiva?
- **Esferas.** En cualquier situación existen algunos factores relevantes a tu “esfera de preocupaciones” (lo que te importa de verdad), y algunos otros factores alrededor de tu “esfera de influencia” (lo que puedes cambiar). Práctica identificando qué factores van en cada esfera y enfócate en tomar acción sobre tus factores de influencia, dejando ir lo que está fuera de tu control.
- **Cerebro Flexible.** ¿Le permites a tu cerebro que sea flexible y que explore nuevas formas de procesar la información?
- **Calcula riesgos.** ¿Te pasa que vas demasiado rápido y sub valoras tus riesgos? Puede ser interesante a veces, pero ¿te crees que ayudaría poner un poco de equilibrio entre las oportunidades y la cautela?
- **EO.** Para energizar este grupo aún más, puedes desarrollar Ejercitar Optimismo; habilidad inteligencia emocional muy importante para generar resultados.



Motivación: Práctica

Estas tres habilidades facilitan el tomar acción, llenarse de energía y avanzar hacia los objetivos.

Proactivity: Anticipar y/o enfrentar los desafíos incluso antes de que tengan lugar sin esperar por los demás, sino más bien impulsado por tu propia motivación interna.

Commitment: Mantener claridad acerca de lo importante, integrarlo

a tu motivación interna y alinearlo con tu visión a largo plazo

Problem Solving: Obtener resultados ocupándote en el presente y en el futuro mientras creas una reserva de energía emocional.

Desarrollo de Competencias:

Sugerencias para tener más energía y ser capaz de inspirar a los otros a la acción.

- **Busca la chispa.** En cualquier situación particular, ¿cuáles son los seis elementos que te emocionan y te inspiran tanto a ti como a los otros? Nómbralos.
- **Forma olas.** ¿Qué beneficios podrías obtener de esta situación o tarea? ¿Cómo puedes acentuar esos beneficios?
- **Pide apoyo.** Si tuvieras la absoluta certeza de hay quien puede ayudarte, ¿qué acción tomarías? ¿qué otros riesgos tomarías?
- **Fluir.** No esperes el momento perfecto, dale a tu cerebro permiso para encender la chispa de tu energía, mientras fluyes en el presente.
- **Balance.** ¿Te sientes más cómodo lanzándote a la acción porque te es más cómodo o más eficiente? Considera balancear tu metas inmediatas a corto plazo, con las oportunidades a largo plazo.
- **Aumenta tu motivación .** Para energizar este grupo, la habilidad de la motivación intrínseca puede ser una herramienta muy poderosa.



Motivación: Idealista

Estas tres habilidades te ayudan a ver mejor hacia el futuro y a hacer posible tu visión.

Vision: Saber que es lo importante, la dirección que te lleva a tu Norte.

Design: Crear un sentido de dirección imbuido de claridad, considerando tanto el presente como el largo plazo.

Entrepreneurship: Prepararte para transitar el sendero que te lleve hacia tu visión, encontrando la energía para sustentar tu día a día.

Desarrollo de Competencias:

Para desarrollar tu visión de futuro, puedes ensayar estas sugerencias.

- **Un Mensaje Abierto.** Si pudieras hacer llegar un mensaje o una idea a 10 millones de personas, ¿cuál sería ese mensaje?
- **Plan ABC.** Considerando información analítica y emocional, en donde te encuentras (punto A) , dónde te gustaría llegar (punto B) y cual es el contexto en que te encuentras (punto C). ¿Cuál es la ruta más eficiente hacia adelante?
- **Medir.** ¿Cuál son tus medidas de éxito? Particularmente cuando estás tomando decisiones con otras personas, ocupa al menos el 50% del tiempo creando objetivos mutuos
- **Imagínalo.** A menudo, nos encontramos tan ocupados lidiando con lo urgente, que dejamos de atender lo que es importante. ¿Le estás permitiendo a tu cerebro enfocarse en el largo plazo a futuro trayendo tu visión a la perspectiva? Conforme avanzas, puedes ver la imagen de tu visión en tu mente?
- **Aterriza.** ¿Estás usando estas habilidades en exceso? ¿Tienes un “sueño en vez de una visión concreta? ¿Puedes balancear tus acciones pragmáticas con tus ideales a largo plazo?
- **Tus Metas Nobles.** Para aumentar tu potencial en este grupo, desarrolla la habilidad de inteligencia emocional Perseguir la Meta Noble.



Vision



Design



Entrepreneurship

Acerca de la Investigación

Las 18 Habilidades

¿Cómo se agruparon estas habilidades? ¿Cómo fueron seleccionadas estas 18? Six Seconds ha publicado numerosas evaluaciones y herramientas y al analizar los resultados de una base de datos de cerca de 60,000 personas de todo el mundo, decidimos agrupar el modelo de los seis grupos en Enfoque, Decisión, y Motivación. Tomando como base la información obtenida, se desarrolló una versión piloto de este Brain Talent o Perfil de Talentos y examinamos las respuestas de cientos más de profesionales. Luego, para refinar aún más el modelo, creamos un nuevo modelo basado en la repetición del proceso de diseño.

Un paso crucial, fue el examinar línea por línea, cientos de comentarios emitidos por líderes con puntajes de alto desempeño. ¿Qué era lo que les permitía a estos líderes ser tan efectivos en los que hacían? Luego, conectamos este análisis textual a los puntajes de inteligencia emocional de estos líderes.

Con el afán de refinar el modelo aún más, examinamos la metodología de Six Seconds en nuestro laboratorio en la Escuela Synapse, una organización cuya misión es: Educar Futuros Agentes de Transformación. Fue así como pudimos identificar seis resultados claves necesarios para agentes de cambio y conectarlos con este modelo. De la misma manera, se realizó el mismo proceso con las competencias claves, las mismas que renombrados autores como Tony Wagner (Educating Innovators) identifican de sus investigaciones. Para concluir, reunimos además un panel de expertos en transformación - en las áreas de Educación, Corporativa, y Vida de la Comunidad de Inteligencia Emocional de Six Seconds - pudiendo evaluar habilidades claves y las conductas relacionadas a las mismas. Finalmente, después de varios ciclos de investigación, validación y clarificación, el Brain Talent o Perfil de Talentos actual es un producto que contiene sólida base científica y evidencia proveniente del mundo real.

Mirada Instantánea

Sabemos que el cerebro puede transformarse y cambiar durante todo el curso de la vida, debido al principio de neuroplastia. Mientras otras evaluaciones ofrecen una visión más estática del individuo, el Brain Talent o Perfil de Talentos está diseñado en base a habilidades de inteligencia emocional que se pueden aprender - por lo tanto, es posible fortalecer tus habilidades, si así lo deseas!

Recuerda, un “Brain App” se refiere a tu capacidad, no a tu conducta. Estos puntajes proveen una mirada profunda al funcionamiento de tu cerebro y las oportunidades latentes que existen de usarlas para lograr tu potencial.

Usando tu Perfil de Talentos -BTP

Tres sugerencias finales

1 Evalúa

El BTP es obtenido a través de tu autoevaluación. ¿Con qué evidencias podemos confirmar o negar los resultados? Considera los Brain apps como parte de tu firma personal, ¿qué es lo que la hace sobresalir? ¿Cuáles habilidades no estás empleando totalmente?

Según sean tu carrera profesional y tus metas personales, ¿cuáles de estas apps son importantes para ti? Si lo que aspiras es a convertirte en un verdadero líder, ¿qué importancia tiene fortalecer apps como la Colaboración y Entrepreneurship?

2 Descárgalas y utilízalas

¿Hay algunas Brain apps que necesites “descargar” en tu cerebro – desarrollando más capacidades de inteligencia emocional?

¿Estás actualmente empleando las capacidades que posees?

Si bien es cierto, usamos la metáfora de Apps para evocar la noción de funciones practicas similares a las de un teléfono móvil; para que realmente esas apps sean de valor , es necesario descargarlas y usarlas. ¿Qué apps de tu actual perfil de talentos, de acuerdo a tu BTP, no estás usando? ¿Qué Brain apps seria importante comenzar a usar de ahora en adelante?

3 Profundiza

Nuestros Brain Profiles o Perfiles del cerebro tienen la finalidad de darte un punto de partida para asistirte en el proceso de descubrir y fortalecer tus habilidades. Cuando estés listo para lo que sigue, aquí te dejamos tres sugerencias:

[Six Seconds – La Comunidad de Inteligencia Emocional - The Emotional Intelligence Network](http://www.esp.6seconds.org) – en nuestro website puedes encontrar una gran cantidad de material como cientos de artículos acerca de la inteligencia emocional y el poder de las emociones. Empieza a leer ahora! <http://www.esp.6seconds.org>

EQ.org es una comunidad de inteligencia emocional dedicada a la enseñanza-
Subscríbete como miembro pago y accede a una cantidad impresionante de materiales y ponte en contacto con otros miembros de nuestra comunidad – y proyectos en los que puedes participar.

También puedes unirte a nuestros grupos en Facebook (Inteligencia Emocional en Español), LinkedIn (asi como Twitter feeds y a nuestro canal en YouTube). Visítanos en <http://www.esp.6seconds.org/contact> y únete a nosotros.

El Perfil Brain Talent es uno de los reportes disponibles del SEI. Al final de tu perfil encontrarás el nombre y el correo electrónico de un Asesor EQ a quien puedes contactar por más información. Te animamos a probar una sesión coaching personalizado usando la gama completa de SEI y apoyo personalizado para que uno de nuestros expertos te ayude a crear un plan para optimizar tus talentos.

Notas:

Esta Guía de Interpretación de Brain Talent tiene como propósito ofrecerle una introducción al Brain Talent y Brain Apps.

El BTP es una de las herramientas de Six Seconds Emotional Intelligence (SEI):

www.esp.6seconds.org/herramientas/SEI

Six Seconds® Todos los Derechos Reservados