

GUÍA DE REFLEXIÓN DEL MODELO DE LIDERAZGO



This journal belongs to:

If found please return to:



INTRODUCCIÓN

Esta guía de reflexión es una herramienta de apoyo que le ayudará a las Guías y Guías Scouts a poner en práctica el modelo de liderazgo en su vida diaria.

La reflexión es una parte esencial del proceso de aprendizaje experiencial, que es el núcleo de nuestro método educativo no formal. Aprender haciendo solo funciona realmente cuando tenemos la oportunidad de reflexionar sobre lo que sucedió e interiorizar lo que aprendimos como resultado.

También nos ayuda a apropiarnos de nuestro propio aprendizaje e identificar nuestro poder y recursos internos. Esto nos ayuda a tomar la iniciativa en nuestro aprendizaje, siguiendo nuestro propio camino a nuestro propio ritmo. Cuanto más nos conocemos a nosotras mismas, más conscientes podemos ser de cómo nuestras acciones y reacciones afectan a los demás, y podemos relacionar más nuestro aprendizaje con nuestras vidas.

PRÁCTICA REFLEXIVA DIARIA

¿Qué es la práctica reflexiva diaria?

Cuando piensas en tus sentimientos, emociones, acciones y comportamientos, estás practicando la reflexión diaria. Te ayuda a desarrollar la autoconciencia y a aumentar tu capacidad para responder a los desafíos, tomar decisiones y hacer frente a situaciones difíciles. La práctica reflexiva diaria es una base clave del Modelo de Liderazgo de Guías y Guías Scouts.



SUGERENCIA

Está bien si tus respuestas a algunas de estas preguntas son pequeñas. El liderazgo a menudo no se trata de grandes acciones y decisiones, sino más bien pequeñas, como una elección que hiciste en tu día, algo que le dijiste a alguien en una conversación diaria, etc. ¡Estas pequeñas cosas cuentan mucho más de lo que nos damos cuenta!

Modelo de Liderazgo de Guías y Guías Scouts para reflexionar

Nuestras principales herramientas para la práctica del liderazgo son los seis esquemas de pensamiento: reflexivo, colaborativo, cosmopolita, creativo y crítico, de igualdad de género y de acción responsable. Para obtener más información sobre los esquemas, lee el resumen del modelo de liderazgo de las Guías y Guías Scouts aquí. Los seis esquemas de pensamiento te ayudan a obtener diferentes perspectivas e influyen en tus respuestas, comportamientos, elecciones y acciones. Cuanto más reflexionemos sobre nuestros comportamientos diarios utilizando los seis esquemas de pensamiento, más podremos hacer que nuestro liderazgo sea consciente y lideremos con propósito.

Esta bitácora de reflexión es un recurso que puedes utilizar para tu práctica reflexiva, utilizando los seis esquemas de pensamiento. Te ayudará a explorar quién eres como líder y te dará algunas preguntas de orientación para facilitar la reflexión diaria. Puedes usar esas preguntas en diferentes tipos de escenarios y, por supuesto, puedes adaptarlas y crear otras nuevas que funcionen para ti.



LIDERARSE A UNO MISMO
Esquema de pensamiento reflexivo



LIDERAR EN CONTEXTO
Esquema de pensamiento cosmopolita



LIDERAR LAS RELACIONES
Esquema de pensamiento colaborativo



LIDERAR PARA LA INNOVACIÓN
Esquema de pensamiento creativo & crítico



LIDERAR PARA EL EMPODERAMIENTO DE LAS NIÑAS
Esquema de pensamiento de igualdad de género



LIDERAR PARA EL IMPACTO
Esquema de pensamiento de acción responsable

CÓMO UTILIZAR ESTA HERRAMIENTA:

1. EXPLORA QUIÉN ERES COMO LÍDER

Hemos creado un conjunto de 40 preguntas para comprender mejor tu propio liderazgo. Úsalas para explorar quién eres como líder. No todas las preguntas te resonarán; dedica tiempo a las que creas que son más útiles y deja el resto para otro momento.

2. DEFINE OBJETIVOS DE DESARROLLO PERSONAL.

En esta guía encontrarás un conjunto de 30 preguntas que puedes ayudarte a definir objetivos para tu crecimiento personal. Utiliza los que consideres más relevantes para decidir los pasos prácticos que puede tomar para hacer que tu liderazgo sea más consciente.



3. PRACTICA LA REFLEXIÓN A DIARIO.

Hemos imaginado varios escenarios de la vida diaria en los que emplear el modelo de liderazgo puede resultar útil. Utiliza las preguntas que consideres relevantes para ti y tu situación.

4. REVISA TUS RESPUESTAS.

Al practicar la reflexión diaria durante un período de tiempo, es posible que descubras que tu estilo de liderazgo está evolucionando. Vuelve a las preguntas que respondiste en el paso 1 y revisa tus respuestas. ¡Observa cómo han evolucionado o se han mantenido igual!

SUGERENCIA

No es necesario que respondas todas las preguntas de esta guía, ¡y ciertamente no todas juntas! La introspección es genial, pero no todo se trata del liderazgo. Haz espacio para practicar también el liderazgo de otras formas.



APRENDE MÁS SOBRE ...

TI MISMA

¿Qué valores fundamentales son más importantes para mí?

- ¿De qué estoy orgullosa y por qué?
- ¿De qué manera (s) he hecho del mundo un lugar mejor y cómo?
- ¿Qué me apasiona?
- ¿Cómo he defendido a alguien y por qué?
- ¿Por qué me preocupan los derechos de las niñas?
- ¿Cómo y cuándo hablo de las cosas que me importan?
- ¿Cuándo no he hablado, pero desearía haberlo hecho?
- Si pudiera cambiar una cosa en el mundo, ¿cuál sería?
- ¿Qué me hace querer rebelarme?
- ¿Quién es mi modelo a seguir? ¿Por qué me inspira?

¿Qué tipo de líder soy ahora mismo?

- ¿Qué me enorgullece de mi liderazgo?
- ¿Alguien me admira? ¿Por qué soy un modelo a seguir para ellas?
- ¿En qué momento tomé una buena decisión?
- ¿En qué momento tomé una mala decisión?
- ¿Cómo he ayudado a alguien a soñar en grande?
- ¿Cuándo me he enfrentado a un desafío con un equipo? ¿Cuál fue mi papel en esa situación?
- ¿Cuándo y cómo he animado a otros a superar una situación difícil?
- ¿Cuál es una decisión difícil que tuve que tomar?
- ¿Cuándo me he enfrentado a un miedo y/o he corrido un riesgo?
- ¿Cuándo he cambiado la vida de alguien?

Las siguientes preguntas pueden ayudarte a comprender quién eres como líder, qué valores son importantes para ti y qué condiciones necesitas para prosperar. Úsalas como iniciadores de reflexión: tómate tu tiempo para responderlas y extraer el significado de ellas. Si deseas profundizar, puedes usar la "técnica de los 5 porqués" para ayudarte a llegar a la raíz de tus valores y comportamientos. *Vuelve a estas preguntas de vez en cuando, ya que tus respuestas pueden evolucionar cuanto más practiques el modelo de Liderazgo de las Guías y Guías Scouts.*

LA TÉCNICA DE LOS "5 PORQUÉS":

una vez que tengas una respuesta a una pregunta, pregúntate por qué la respondiste. Una vez que tengas la respuesta al primer "por qué", pregúntate "por qué" nuevamente. Hazlo 5 veces o hasta que realmente hayas encontrado la causa raíz de tu respuesta.

¿Qué necesito para mejorar?

- ¿Cuál es mi día perfecto? ¿Qué lo hace perfecto?
- ¿Qué me estresa?
- ¿Qué me dificulta concentrarme?
- ¿Qué me relaja?
- ¿Qué me dificulta ser una buena jugadora dentro de un equipo?
- ¿Cuál fue una época en la que innové? ¿Qué me ayudó a pensar creativamente?
- ¿Cuál fue un momento en el que superé las dudas sobre mí misma? ¿Qué me ayudó a ganar confianza?
- ¿Qué me ayuda a tener una visión clara de mis objetivos?
- ¿Qué necesitan mi mente y mi cuerpo cuando estoy en entornos de alta presión?
- ¿Con quién puedo contar en mi vida como mi sistema de apoyo y qué les convierte en las personas adecuadas?

¿Cuál es mi contexto?

- ¿Cuándo me vi por primera vez como líder?
- ¿Qué me asusta y por qué?
- ¿Qué me enoja y por qué?
- ¿En qué momento abrí mi mente? ¿Qué me ayudó a cambiar de opinión?
- ¿En qué momento reconocí mi propio sesgo inconsciente?
- ¿Cuándo en mi vida me he sentido más lejos de casa y por qué?
- ¿En qué momento experimenté un choque cultural y por qué?
- ¿Cómo influye mi cultura en mi liderazgo?
- ¿Cómo me han afectado las barreras de género en mi vida?
- ¿Cómo han afectado las normas y estereotipos de género mis decisiones de vida?

¿Qué valores fundamentales son más importantes para mí?

¿De qué estoy orgullosa y por qué?

¿De qué manera (s) he hecho del mundo un lugar mejor y cómo?

¿Qué me apasiona?

¿Cómo he defendido a alguien y por qué?

¿Por qué me preocupan los derechos de las niñas?



LA TÉCNICA DE LOS "5 PORQUÉS":

una vez que tengas una respuesta a una pregunta, pregúntate por qué la respondiste. Una vez que tengas la respuesta al primer "por qué", pregúntate "por qué" nuevamente. Hazlo 5 veces o hasta que realmente hayas encontrado la causa raíz de tu respuesta.

¿Cómo y cuándo hablo de las cosas que me importan?

¿Cuándo no he hablado, pero desearía haberlo hecho?

Si pudiera cambiar una cosa en el mundo, ¿cuál sería?

¿Qué me hace querer rebelarme?

¿Quién es mi modelo a seguir? ¿Por qué me inspira?



¿Qué tipo de líder soy ahora mismo?

¿Qué me enorgullece de mi liderazgo?

¿Alguien me admira? ¿Por qué soy un modelo a seguir para ellas?

¿En qué momento tomé una buena decisión?

¿En qué momento tomé una mala decisión?

¿Cómo he ayudado a alguien a soñar en grande?



LA TÉCNICA DE LOS "5 PORQUÉS":

una vez que tengas una respuesta a una pregunta, pregúntate por qué la respondiste. Una vez que tengas la respuesta al primer "por qué", pregúntate "por qué" nuevamente. Hazlo 5 veces o hasta que realmente hayas encontrado la causa raíz de tu respuesta.

¿Cuándo me he enfrentado a un desafío con un equipo? ¿Cuál fue mi papel en esa situación?

¿Cuándo y cómo he animado a otros a superar una situación difícil?

¿Cuál es una decisión difícil que tuve que tomar?

¿Cuándo me he enfrentado a un miedo y/o he corrido un riesgo?

¿Cuándo he cambiado la vida de alguien?

¿Qué necesito para mejorar?

¿Cuál es mi día perfecto? ¿Qué lo hace perfecto?

¿Qué me estresa?

¿Qué me dificulta concentrarme?

¿Qué me relaja?

¿Qué me dificulta ser una buena jugadora dentro de un equipo?



LA TÉCNICA DE LOS "5 PORQUÉS":

una vez que tengas una respuesta a una pregunta, pregúntate por qué la respondiste. Una vez que tengas la respuesta al primer "por qué", pregúntate "por qué" nuevamente. Hazlo 5 veces o hasta que realmente hayas encontrado la causa raíz de tu respuesta.

¿Cuál fue una época en la que innové? ¿Qué me ayudó a pensar creativamente?

¿Cuál fue un momento en el que superé las dudas sobre mí misma? ¿Qué me ayudó a ganar confianza?

¿Qué me ayuda a tener una visión clara de mis objetivos?

¿Qué necesitan mi mente y mi cuerpo cuando estoy en entornos de alta presión?

¿Con quién puedo contar en mi vida como mi sistema de apoyo y qué les convierte en las personas adecuadas?

¿Cuál es mi contexto?

¿Cuándo me vi por primera vez como líder?

¿Qué me asusta y por qué?

¿Qué me enoja y por qué?

¿En qué momento abrí mi mente? ¿Qué me ayudó a cambiar de opinión?

¿En qué momento reconocí mi propio sesgo inconsciente?



LA TÉCNICA DE LOS "5 PORQUÉS":

una vez que tengas una respuesta a una pregunta, pregúntate por qué la respondiste. Una vez que tengas la respuesta al primer "por qué", pregúntate "por qué" nuevamente. Hazlo 5 veces o hasta que realmente hayas encontrado la causa raíz de tu respuesta.

¿Cuándo en mi vida me he sentido más lejos de casa y por qué?

¿En qué momento experimenté un choque cultural y por qué?

¿Cómo influye mi cultura en mi liderazgo?

¿Cómo me han afectado las barreras de género en mi vida?

¿Cómo han afectado las normas y estereotipos de género mis decisiones de vida?



TRABAJA EN TU CRECIMIENTO PERSONAL

Utiliza las siguientes preguntas para crear hábitos de liderazgo positivos y sostenibles. Elige las preguntas que consideres más relevantes en este momento. Esto puede cambiar a medida que practicas la reflexión diaria, así que vuelve a estas preguntas cuando lo necesites.



TRABAJA EN TU CRECIMIENTO PERSONAL



¿Cómo puedo fomentar y modelar una cultura de autocuidado positiva?

¿Cómo puedo crear hábitos de reflexión para mí y para los demás?

¿Cómo puedo hacer que mis aprendizajes y desarrollos sean sostenibles?

¿Cómo puedo compartir mis reflexiones con los demás?

¿A quién puedo pedir comentarios que me ayuden a reflexionar, aprender y crecer?

TRABAJA EN TU

CRECIMIENTO PERSONAL



¿Qué sesgo tengo y cómo puedo transformarlo?

¿En qué necesito trabajar para ser una mejor oyente?

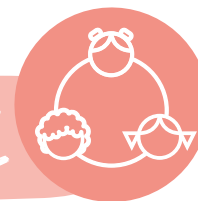
¿Cómo puedo hacer mejores preguntas para comprender a los demás y sus contextos?

¿Cómo puedo desarrollar la flexibilidad para adaptarme a los estilos, circunstancias y necesidades de otras personas?

¿Cómo puedo rodearme de personas que me puedan dar una perspectiva diferente?

TRABAJA EN TU

CRECIMIENTO PERSONAL



¿Cómo puedo ser una presencia positiva y de apoyo para los demás?

¿Cómo puedo asegurarme de que nadie se sienta excluido?

¿Cómo puedo crear sistemas para una colaboración útil?

¿Cómo puedo ayudar a otros a desarrollar su confianza?

¿Cómo puedo seguir compartiendo conocimientos e ideas con los demás?

TRABAJA EN TU

CRECIMIENTO PERSONAL



¿Qué puedo hacer para analizar críticamente la información que recibo?

¿Qué tipo de preguntas debo hacer para comprender mejor las situaciones?

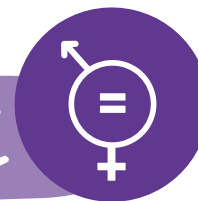
¿Qué me ayudaría a salir de mi zona de confort y tomar riesgos informados?

¿Cómo puedo mantener una mente curiosa y seguir explorando y descubriendo?

¿Cómo puedo separar mejor mi "opinión personal" de una evaluación justa de la situación?

TRABAJA EN TU

CRECIMIENTO PERSONAL



¿Cómo puedo desarrollar mi propia opinión sobre cómo alcanzar la igualdad de género?

¿Qué acciones puedo tomar para promover la igualdad de género en mi vida diaria?

¿Cómo puedo desafiar el pensamiento de la gente sobre la igualdad de género de una manera constructiva?

¿Cómo puedo liderar #ForHerWorld y tener en cuenta las necesidades y preocupaciones de las niñas?

¿Cómo puedo hacer que mi estilo de liderazgo sea más empoderador para las mujeres y niñas que me rodean?

TRABAJA EN TU

CRECIMIENTO PERSONAL



¿Cómo puedo mostrar mis valores en mis acciones?

¿Qué tipo de modelo a seguir quiero ser para los demás?

¿Cómo puedo hablar más sobre las causas que me preocupan?

¿Cómo puedo hacer que mis comportamientos, acciones y decisiones sean más significativas?

¿Cómo puedo convertirme en un hábito para considerar el impacto a largo plazo de mis acciones (en mí misma, los demás, la sociedad y el medio ambiente)?

TRABAJA EN TU

CRECIMIENTO PERSONAL

NOTAS



PRACTICAR LA REFLEXIÓN DIARIA

Tanto si ya estás familiarizada con la práctica reflexiva como si eres completamente nueva en ella, este diario te ayudará a hacer consciente la práctica reflexiva, hasta que se convierta naturalmente en un comportamiento interiorizado y en una parte fundamental de tu liderazgo.



CONSEJO

¡Utiliza este diario con valentía y cuidado personal! Mírate críticamente, pero sin juzgarte. No olvides reconocer tus puntos fuertes y los comportamientos de los que estás orgullosa, y supervisar tu desarrollo y éxitos.

PARA COMENZAR

Todos encontramos inspiración de diferentes formas. Encuentra tu lugar feliz y reflexivo, que te ayude a ser honesta contigo misma, desafiarte a ti misma y tratarte con amabilidad.

¿Cuál es el mejor momento del día para reflexionar?

¿Qué entorno me ayuda a reflexionar mejor?

¿Me gusta reflexionar en silencio o con música relajante?

¿Qué actividades podrían posibilitar mi reflexión?

Por ejemplo: Mindfulness, actividad física como caminar, hacer ejercicio o hacer yoga, o incluso actividades creativas como dibujar o tocar música.

Prueba diferentes cosas y descubre qué funciona mejor para que puedas crear una rutina de reflexión diaria. Una vez que la práctica de reflexión se convierte en un hábito, es posible que necesites menos la regularidad a medida que la reflexión se vuelve automática: cuando estés practicando el liderazgo en un momento dado, comenzarás a reconocer tu decisión, acción o comportamiento como liderazgo y automáticamente te tomarás un tiempo para reflexionar sobre ello.

30 PREGUNTAS PARA UNA

REFLEXIÓN DIARIA



¿Cuál ha sido mi punto culminante?

¿Cuál ha sido mi decepción?

¿Qué he aprendido?

¿De qué estoy orgullosa hoy?

¿Qué podría haber hecho de otra manera?

30 PREGUNTAS PARA UNA

REFLEXIÓN DIARIA



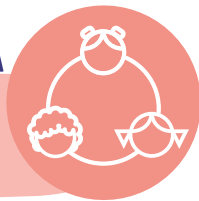
¿Qué he observado hoy sobre otras personas?

¿Qué eventos actuales podrían estar afectando el bienestar de las personas?

¿Cómo he adaptado mi comportamiento a mi entorno?

30 PREGUNTAS PARA UNA

REFLEXIÓN DIARIA



¿He creado un espacio seguro para las personas que me rodean hoy?

SÍ

¿CÓMO?

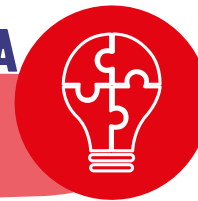
NO

¿De qué manera mis acciones de hoy han sido (poco) empoderadoras para los demás?

¿Hay alguien a quien pueda consultar o comunicarme mañana?

30 PREGUNTAS PARA UNA

REFLEXIÓN DIARIA



¿He tenido alguna idea creativa?

SÍ

¿QUÉ?

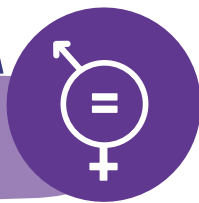
NO

¿Qué me gustaría aprender mañana?

¿Qué ha pasado hoy que necesito analizar?

30 PREGUNTAS PARA UNA

REFLEXIÓN DIARIA



¿He visto hoy el sesgo de género en acción?

SÍ

¿CÓMO?

NO

¿He perpetuado inconscientemente las normas de género?

¿Qué podría aprender mañana sobre la igualdad de género?

30 PREGUNTAS PARA UNA

REFLEXIÓN DIARIA



¿Qué me inspiró hoy?

¿Cómo he predicado con el ejemplo?

¿Cómo mis acciones fueron éticas y sostenibles?

PRACTICAR LA REFLEXIÓN DIARIA

NOTAS



SEGUIMIENTO DE LOS HÁBITOS DE LIDERAZGO

Utiliza esta guía para monitorear tu comportamiento positivo de liderazgo a lo largo del tiempo.



MÁS ALLÁ DE TU REFLEXIÓN

La forma en la que lidiamos con las situaciones cotidianas es una parte importante de nuestra práctica de liderazgo y la reflexión puede ayudarte en estos momentos. Utiliza estas preguntas que te ayudarán a procesar y aprender de una experiencia pasada o te apoyarán en el proceso de toma de decisiones.



18 PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR

SOBRE UNA EXPERIENCIA PASADA

■ ¿Cómo me hizo sentir esta situación?



■ ¿Cómo afectó mi comportamiento en la situación a otras personas?

■ ¿Qué he aprendido de esta situación?

■ ¿Qué podría haber hecho para comprender la perspectiva de otras personas involucradas en esta situación?



■ ¿Qué sesgo inconsciente podría haber tenido en esta situación?

■ ¿Cómo pude haber adaptado mi comportamiento para encajar en este contexto particular?

■ ¿Podrían haberme ayudado otras personas en esta situación?



■ ¿Cómo pude haber apoyado y valorado a las demás personas en esta situación?

■ ¿Cómo pude haberme comportado de manera diferente para aportar energía positiva a esta situación?

■ ¿Cómo pude haber analizado la situación en profundidad para comprenderla mejor?



■ ¿Cómo pude haber averiguado lo que no sabía sobre esta situación?

■ ¿Cómo pude haber pensado fuera de la caja en esta situación?

■ ¿Qué normas y estereotipos de género podrían haber tenido un impacto en esta situación?



■ ¿Qué sesgo de género inconsciente pudo haber influido?

■ ¿Cómo pude haber apoyado y empoderado a niñas y mujeres en esta situación?

■ ¿Qué se necesitaba cambiar en esta situación?



■ ¿Cómo pude haberme asegurado de que esta situación tuviera el mejor resultado para todas las personas?

■ ¿Cómo pude haber actuado más acorde con mis valores en esta situación?

24 PREGUNTAS ANTES DE TOMAR UNA DECISIÓN

- ¿Qué experiencias pasadas podrían ayudarme a informar esta decisión?
- ¿Qué me enorgullecería de esta decisión?
- ¿Cuál será el impacto de esta decisión en mi autoestima y mi bienestar?
- ¿Cómo puede esta decisión ser una oportunidad para crecer?



- ¿Qué impacto va a tener esta decisión en los demás y en su bienestar?
- ¿Cómo puedo ser un sistema de apoyo para otras personas en esta situación?
- ¿Las personas afectadas por esta decisión son parte del proceso? ¿Cómo puedo incluirlas?
- ¿Cuál será el impacto de esta decisión sobre accesibilidad, diversidad e inclusión?



- ¿Cuál es el impacto de esta decisión en las mujeres y niñas, directa o indirectamente?
- ¿Cómo se ha basado esta decisión en lo que las niñas y las mujeres quieren y necesitan?
- ¿Existen barreras de género que impidan a las personas involucradas expresar plenamente sus opiniones?
- ¿Cómo puedo utilizar mi poder de decisión en esta situación para promover la igualdad de género?



- ¿Cuál es mi parcialidad en esta situación?
- ¿Cuáles son las necesidades y preocupaciones de las personas afectadas por esta decisión?
- ¿Mi decisión es apropiada para el contexto? ¿He considerado diferentes aspectos del contexto como la cultura, el lugar, la edad, el espacio, las personalidades, la vida personal y profesional, etc.?
- ¿Cómo puede funcionar esta decisión en diferentes entornos?



- ¿Cómo puedo asegurarme de tener toda la información que necesito para tomar esta decisión?
- ¿Es esta decisión innovadora y hay otra alternativa en la que todavía no he pensado?
- ¿Quién me influye en este proceso de toma de decisiones?
- ¿Hay algo que me gustaría saber antes de tomar esta decisión?



- ¿Cómo se alinea esta decisión con mis valores?
- ¿Cómo es sostenible esta decisión?
- ¿Es esta una decisión valiente?
- ¿Cuáles son las consecuencias éticas y medioambientales de esta decisión?



MÁS ALLÁ DE TU REFLEXIÓN

NOTAS

A large white rounded rectangle containing horizontal dashed lines for writing notes. At the bottom right of this area, there is a faint illustration of two people, one using binoculars and the other looking at a map.

