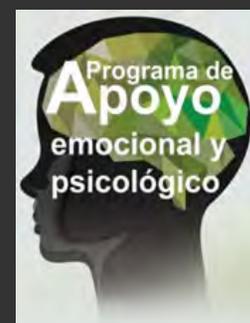




GACETA DESARROLLO HUMANO

¿ Un Líder nace o se hace ...?





DIRECTORIO

Mag. Álvaro Augusto Pérez Juárez
Presidente del Tribunal Superior de Justicia de la Ciudad de México

Lic. Oscar Fernando Rangel Gadea
Oficial Mayor

Lic. Pedro Fuentes Burgos
Dirección Ejecutiva de Recursos Humanos

Dr. Francisco Gabriel Chanfreau Ochoa
Director de Administración de Personal

Mtra. Leticia Hernández Barreto
Subdirectora de Capital Humano

COLABORADORES:

María Guadalupe Urrutia Tapia (Pedagoga)
Jefa de Unidad Departamental

Adriana Isabel Sánchez Silva (Psicóloga)
Profesional Dictaminador de Servicios Especializados

Alicia Esperanza Ocampo Costa (Psicóloga)
Administrativo Especializado

María Vianey Vidal Zuñiga (Psicóloga)
Administrativo Especializado

Itzetl Ileri Gómez Islas (Pedagoga)
Administrativo Especializado

Ana María Maldonado Arzate
Administrativo Especializado

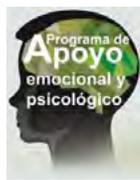
Lucy Pérez Nájera
Técnico Especializado (Psicóloga)

Psicólogos PAEP
Técnicos Especializados

DISEÑO EDITORIAL

Dirección Ejecutiva de Gestión Tecnológica

LDP. Heiddy Castillo Zapata (Diseñadora)
Especialista en Teleinformática



EDITORIAL	4
REFLEXIÓN DEL MES	5
EN LIBRERÍAS	6
Cuatro Acuerdos	7
El Quinto Acuerdo	
LA PSICOLOGÍA HOY	8
Definición de liderazgo	9
Tipos de liderazgo	10
Un líder nace o se hace?	15
Mitos y creencias	16
CONSTRUYÉNDONOS.....	18
Los 4 acuerdos	19
AYUDÁNDONOS	24
Inteligencia Emocional	25
SALUD	30
Cuidados personales	31
Efemérides	34
Entretenimiento	36
Bibliografía	37

“Desarrollo Humano”, es una publicación bimestral, para cualquier aportación, comentario y/o información sobre el contenido de la misma, puede comunicarse la extensión 5778.



EDITORIAL

Queridos lectores, en esta ocasión les presentamos el tema denominado “Un líder nace o se hace”. En una diversidad de literatura, elegimos este tema que consideramos será de tu interés.

Para comprender un sentido diferente sobre el tema, haremos un breve recorrido, acerca de algunos conceptos que corresponden a un enfoque aplicable de manera institucional y/o empresarial, para llegar al concepto de, si el líder nace o se hace....

Haremos la reflexión, sobre los tipos de liderazgo y las ventajas o desventajas que cada uno posee, así como también, derivado de este conocimiento podemos diferenciar las cualidades que algunas personas tienen para ejercer el liderazgo, ya que algunos autores lo consideran como un conjunto de habilidades que

podemos descubrirnos o, que ya poseemos. Partiendo de este supuesto, nos abre el panorama del autoconocimiento para reconocer nuestro liderazgo en el ámbito laboral, social y/o personal.

El adentrarnos en el tema que nos ocupa esta Gaceta, te puede proveer de herramientas para implementar tu propia disciplina y/o dirigir tu vida e incluso, ir desarrollando ciertas habilidades, para poder guiar a las personas cercanas a ti, donde tengas la posibilidad de liderar tu vida y partir del principio, desde donde quieres estar y no desde donde las circunstancias que te rodean te van colocando.

Equipo PAEP

REFLEXIÓN DEL MES



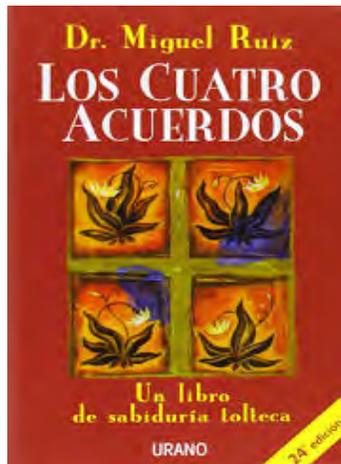
En esta sociedad de consumo desahogado en la que se acumulan bienes por prestigio, podemos vivir pensando que tener una propiedad o un puesto da lugar a nuestra personalidad. Muchos queremos ser líderes, perdiendo de vista el sentido auténtico de la vida.

Te compartimos una hermosa reflexión de un gran líder pacifista, maestro Sufi (maestro del Islam con sabiduría), que dedicó sus recursos y su vida al servicio y disposición de la humanidad, para luchar por la liberación de la India del gobierno Británico bajo la consciencia de la verdad y el amor que sobrepasa muchas veces a la razón, nos dice:

“Nuestra grandeza no radica tanto en poder rehacer al mundo, radica en el poder de rehacernos a nosotros mismos” Mahatma Gandhi



En Librerías



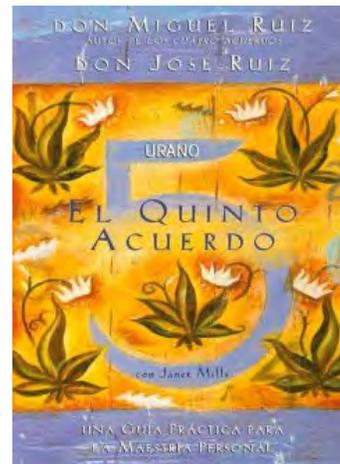
LOS 4 ACUERDOS

Dr. Miguel Ruiz
Editorial: Urano

Las personas solemos encontrar un tiempo para preguntarnos sobre las cuestiones fundamentales de la vida, es así que te invitamos a descubrir el libro de Los 4 acuerdos basados en la sabiduría Tolteca, donde el autor comparte una cosmovisión que los seres humanos deberíamos tener para estar en equilibrio personal, emocional y social.

Los 4 acuerdos son:

1. **Cuida tus palabras**
2. **No supongas**
3. **Haz siempre lo mejor que puedas**
4. **No te tomes nada personal**



EL QUINTO ACUERDO

Dr. Miguel Ruiz
Editorial: Urano

El Quinto acuerdo es la continuación de Los 4 acuerdos, este libro suma un nuevo acuerdo “Sé escéptico pero aprende a escuchar” es decir, no te creas todo lo que te dicen, sin embargo aprende a escuchar.

Esta lectura nos permitirá poner en práctica la aceptación completa de nosotros mismos tal cual somos y la aceptación de los demás tal cual son. De acuerdo al autor la recompensa será apreciar los momentos de felicidad.





La psicología de hoy...



**Lidera tu vida
Nadie más lo hará por ti**

LIDERAZGO

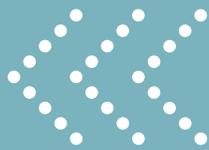
A lo largo de nuestra vida hemos escuchado hablar sobre liderazgo; se le denomina así al conjunto de habilidades que debe poseer una persona para moldear e influir en la manera de pensar o actuar de quienes lo rodean. Estas habilidades motivan a los demás hacer las tareas de forma eficiente, ayudando a lograr objetivos. Un líder utiliza distintas herramientas como; su carisma, comunicación asertiva, seguridad al hablar y capacidad de socializar con los demás, se le reconoce porque dirige personas a su cargo, logrando en ellas un rendimiento superior.

En suma un líder es aquella persona que hará pocas cosas para él mismo y se enfocará en lo que puede hacer con y por los demás.

Sin embargo, algunas veces nos vemos rodeados de personas que confunden el liderazgo con tener un alto cargo directivo y no basta con eso. Es importante asumir el rol. ¿Cómo identificar un líder?. Regularmente en todas las organizaciones se hacen una serie de pruebas diagnósticas, perfiles, evaluaciones y baterías de test, que ayudan a identificar ciertos rasgos de personalidad, sin embargo, no deja de ser un método teórico y con ciertos rasgos.

Para tener mayor claridad de lo que hablamos, nos vamos a encontrar en la literatura, como diversos autores, libros, revistas, manuales compendios, etcétera, un sinfín de información al respecto, así que, a continuación mencionaremos sólo algunos tipos de liderazgo, como mera información.





Tipos de Liderazgo

1. LIDERAZGO DELEGATIVO

Este tipo es un estilo de no intervención “dejar pasar” o “dejarlo ser” y falta de retroalimentación regular. El líder delegativo, interviene solo cuando es necesario y con la menor cantidad de control posible. Es un estilo no autoritario que se basa en la teoría de que los empleados con mucha experiencia, entrenamiento y motivación, necesitan menos supervisión para ser productivos. Ya que estos trabajadores son expertos y poseen habilidades para rendir de manera independiente.

VENTAJAS

- Permite la autonomía a aquellas personas que asumen su responsabilidad.
- Favorece la creatividad individual y en grupo.
- Promueve la satisfacción laboral.
- Motiva a su equipo.

DESVENTAJAS

Es importante mencionar que con este tipo de liderazgo suelen surgir problemas, cuando los miembros del grupo no tienen las características antes mencionadas.



2. LIDERAZGO AUTOCRÁTICO

Este liderazgo permite, que el líder tomé todo el poder y nadie desafíe sus decisiones. Lo único que tienen que hacer los subordinados es obedecer las directrices que marca el líder.



VENTAJAS

- Es efectivo en ambientes de trabajo en los que las decisiones necesitan tomarse rápidamente.
- Es viable con empleados que requieren una vigilancia estrecha sobre las actividades.
- Aumenta la productividad y velocidad en las tareas.

DESVENTAJAS

- No se toma en cuenta la opinión de los trabajadores.
- Los empleados pueden sentirse poco valorados, disminuyendo su desempeño laboral.





3. LIDERAZGO DEMOCRÁTICO

Este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los trabajadores al priorizar la participación de todo el grupo.



VENTAJAS

- Los miembros del equipo contribuyen en las decisiones.
- Los trabajadores se sienten como parte de la compañía, comprometiéndose.
- Aumenta la productividad y capacidad de innovación.

DESVENTAJAS

Se pone en riesgo el equilibrio del equipo lo que podría generar, desacuerdos.



4. LIDERAZGO TRANSACCIONAL

Se basa en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores. Los seguidores reciben premios por su desempeño laboral y el líder se beneficia porque ellos cumplen con las tareas.



VENTAJAS

- Orientado a cumplir eficientemente los objetivos.

DESVENTAJAS

Los trabajadores son motivados por lo económico o recompensas, lo que genera un comportamiento impredecible.





5. LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL

Este liderazgo es característico de líderes que crean cambios en el comportamiento y en la actitud de sus seguidores, cambiando su visión y obteniendo en ellos el compromiso necesario para alcanzar los objetivos de la organización.



VENTAJAS

- Aumenta la productividad y la eficiencia del grupo.
- Favorece el desarrollo de habilidades sociales.
- Se genera confianza y comunicación entre el líder y los subordinados.

DESVENTAJAS

El líder puede confundirse, asumiendo que hay motivación en el equipo.

Los resultados son visibles a largo plazo.

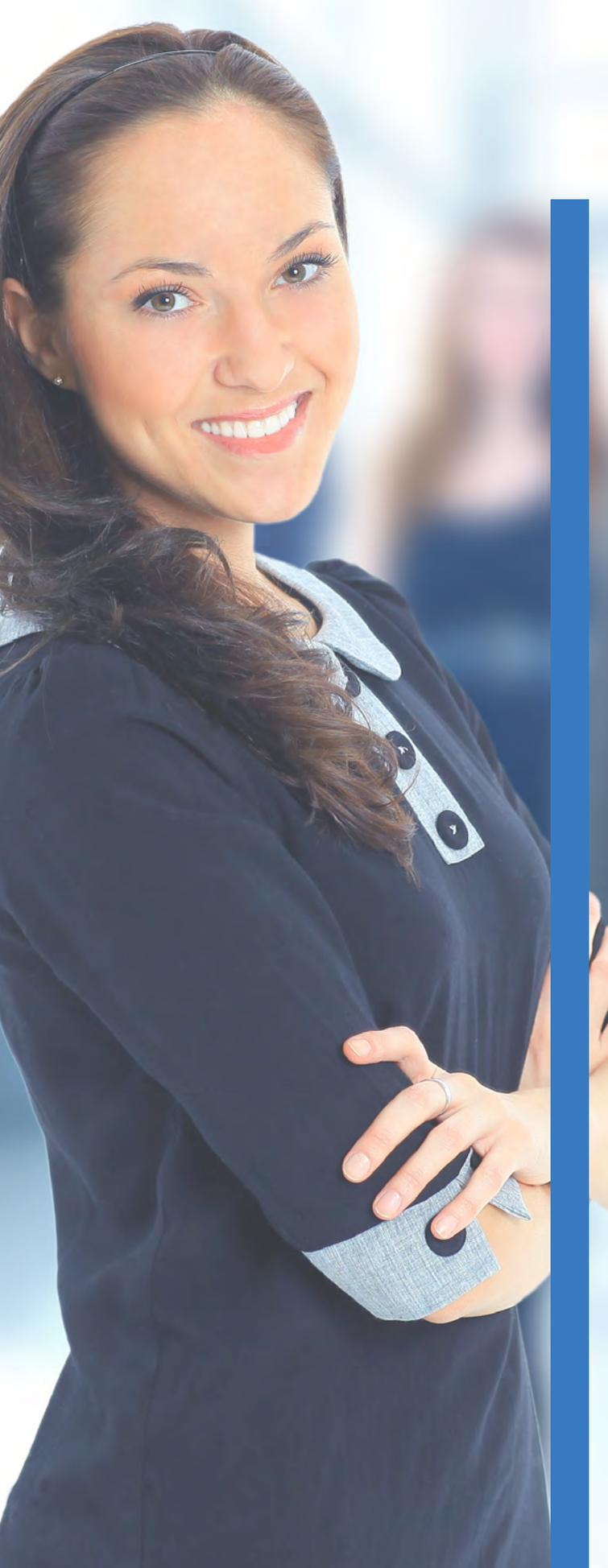


¿UN LÍDER NACE O SE HACE?

Algunos opinan que hay líderes que nacen con capacidades innatas y hay otros que se van formando de acuerdo a su crecimiento personal. Las habilidades innatas ayudan al desarrollo de un líder, pero a veces la formación que una persona va adquiriendo y la experiencia que va acumulando favorece el tipo de liderazgo.

Habilidades que posee un Líder





MITOS Y CREENCIAS RESPECTO A UN LÍDER

Durante el contenido de esta gaceta te hemos mostrado algunas cualidades o habilidades que pueden conducir a que los líderes cumplan con su función, no existe una fórmula que se aplique a todos los casos.

Razón por la cual, te presentamos algunos mitos y creencias que se tienen sobre un líder.

- Lo ideal es ser un líder
- Creer que son mejores que yo
- Todos queremos ser líderes
- Creer que no podemos ser un líder
- Un líder se va forma de acuerdo a su desarrollo profesional
- Ser líder es ser jefe
- Los líderes tienen la respuesta correcta



Algunas recomendaciones para ser coherente

Ser coherente es actuar en consecuencia con lo que siento, digo, hago y pienso. Te dejamos estas recomendaciones que puedes utilizar para conocerte mejor.

Escucha tu diálogo interior: ¿qué piensas realmente?

Escucha tu diálogo exterior, tu lenguaje verbal, observa tu lenguaje no verbal:

-Primero piensa en un tema que en este momento te cause conflicto. Ahora hazte las siguientes preguntas:

¿Quieres estar en este lugar?

¿Qué quieres hacer?

¿Qué quieres cambiar?

Y luego piensa en las cosas que haces, en las situaciones y en las personas con las que las haces:

¿Es lo que quieres hacer?

¿Quieres cambiar algún hábito?

¿Te detienes a pensar en lo que quieres cambiar antes de actuar?

¿Qué resultado obtuviste con este ejercicio?

Realiza esta práctica de escucha interior y observación para ver si vives una vida coherente contigo, con tus valores, con tus necesidades, con tus aspiraciones... ¡Puedes hacerlo! Comienza el viaje, y disfruta la transformación a cada paso.

“Sé el cambio que deseas ver en el mundo”

Mahatma Gandhi





Construyéndonos



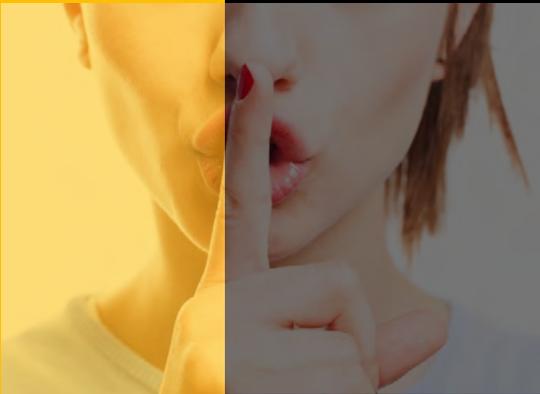
LOS 4 ACUERDOS

Donde en este apartado revisaremos el libro que te recomendamos anteriormente: Los cuatro acuerdos de Miguel Ruiz. Nos comparte su visión de la sabiduría tolteca como una herramienta que puede ayudarnos para estudiar y conservar el conocimiento espiritual y las prácticas de nuestros antepasados.

Toda la humanidad busca la verdad, la justicia y la belleza pero no hay ninguna verdad que encontrar, si intentamos quitarnos la “máscara” podemos ser auténticos, dejando de juzgar a los demás según nuestros prejuicios. La mayoría de las veces nos deshonramos, solo para complacer a otras personas y surge la pregunta, ¿Donde quedamos nosotros?

Estos acuerdos te pueden ayudar para cambiar todo tu antiguo sistema de creencias. Es importante tener voluntad para vivir con ellos.





1er Acuerdo

“SÉ IMPECABLE CON TUS PALABRAS”

El primer acuerdo y el más importante de acuerdo a Miguel Ruiz, así como el más difícil de cumplir. Las palabras constituyen el poder que tenemos para crear, ya que ponemos la intención de lo que soñamos, sentimos y lo que somos por medio de las palabras.



Ser impecable, significa sin pecado, un pecado es cualquier cosa que haces y va en contra de ti; asumir la responsabilidad de tus actos pero sin juzgarte ni culparte.

Ser impecable con tus palabras significa, utilizar tu energía correctamente en dirección de la verdad y de amor por ti, esto bastará para que la verdad se manifieste a través de ti. Pero llegar a esto, es difícil porque hacemos todo lo contrario, hemos aprendido a mentir, maldecir, culpar, reprochar, hablar de los demás etcétera; como una cadena interminable entre todos los seres humanos lo que perjudica nuestra esencia.

Una manera de corregir esta conducta es aplicar el primer acuerdo en nuestra vida.



2o Acuerdo

“NO TE TOMES NADA PERSONALMENTE”

Tomarse las cosas personalmente es una expresión máxima del egoísmo, porque consideramos que todo gira a nuestro alrededor. Y este es un pensamiento infantil como cuando éramos niños, pensábamos que todo giraba a nuestro alrededor.



Nada de lo que los demás hacen es por ti, lo hacen por ellos mismos, todos vivimos en nuestro propio sueño y mente. Los demás están en un mundo completamente distinto al mío. Incluso, cuando alguien nos ofende directamente, eso no tiene que ver conmigo.

Lo que esa persona dice, hace y la opinión incluso que expresa de ti, es porque lo ha establecido en su propia mente, su punto de vista surge de toda la información que recibió.

Es importante dejar de prestar atención a los estados emocionales de los demás, ni tratar de demostrar que tienes la razón.

Si vives sin miedo y amas, no hay lugar para esas emociones. Te amas a ti mismo como eres y puedes estar contento contigo mismo. De lo contrario te pones a sufrir por nada.

Ver a los demás tal y como son, te permite viajar por el mundo con el corazón abierto sin que nadie te lastime.





3er Acuerdo

“NO HAGAS SUPOSICIONES”

Crear que lo que suponemos es cierto, juraríamos que es real, hacer suposiciones sobre lo que los demás dicen o piensan – nos lo tomamos personal– culpando a los demás.



La tristeza y el drama lo creamos con suposiciones de las cosas que nos tomamos personalmente. Vemos lo que queremos ver y oímos lo que queremos oír.

Es importante percibir las cosas tal y como son, no como me gustaría que fueran ni como creo que serían mejor.



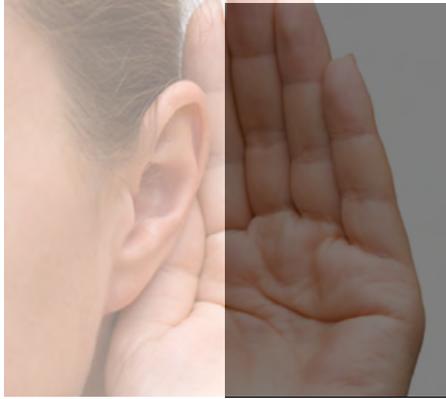
4o Acuerdo

“HAZ SIEMPRE LO MÁXIMO QUE PUEDas”

Este acuerdo, es la suma de los tres anteriores y bajo cualquier circunstancia haz siempre lo máximo que puedas, ni más, ni menos. Pero sin olvidar que eso que haces va a cambiar de un momento a otro, porque todas las cosas están vivas y cambian.



Lo que significa, comprobar con honestidad tus acciones de tal forma que puedas “expandir” tu consciencia y así ser un maestro de tú transformación. Sé responsable de todas las elecciones que hagas en tu vida. Ésta es tu vida; no es la vida de nadie más y descubrirás que lo que tú haces con tu vida no es asunto de nadie más.



5o Acuerdo

“SÉ ESCÉPTICO PERO APRENDE A ESCUCHAR”

Cuando aprendes a escuchar, sabes exactamente lo que quieren los demás.



Que otras personas quieren algo, no significa que tú tengas que darles lo que quieren.

La gente está siempre tratando de captar tu atención porque, a través de la atención, pueden descargar cualquier información.



“De una manera suave
puedes sacudir el mundo”

Mahatma Gandhi





Ayudándonos



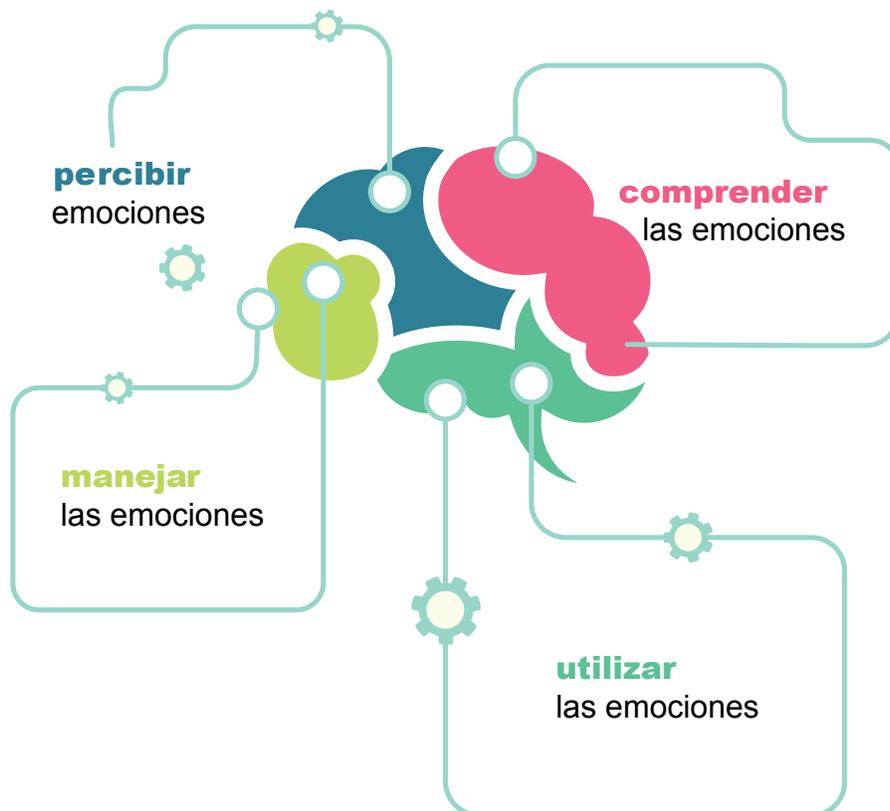
INTELIGENCIA EMOCIONAL

Existen diversas formas de ver el liderazgo en la vida personal de cada individuo, se nos habla cotidianamente de cómo es y debería ser un líder; sin embargo, hemos dejado de lado la otra cara de la moneda.

Hablemos entonces de aquellos individuos que desarrollan de manera asertiva su inteligencia

emocional para actuar en función de un Líder, sin aún, darse cuenta que estas personas, forman parte del “equipo” y juegan un papel importante como un engrane más, con el que toda maquinaria lleva a cabo sus funciones correctamente para alcanzar un resultado en conjunto, utilizando sin tener conciencia de ello, de su Inteligencia Emocional.

INTELIGENCIA emocional





Ahora bien, conozcamos un poco acerca de este estilo de manejo ante las situaciones que se presentan en la vida diaria de cualquier persona, para resolver situaciones desde lo cotidiano hasta lo más complejo que se puede presentar en la vida de cada quien. No nos referimos a la “inteligencia tradicional”, es decir manejar los conocimientos como aritmética, química, literatura etc.

Esta inteligencia es cuantificable en pruebas. Entonces: ¿Qué es la Inteligencia emocional? Daniel Goleman autor del término. Y lo determina como la capacidad de cada uno para identificar nuestras emociones ante determinada situación y actuar en consecuencia, de manera asertiva haciendo valer nuestra voluntad y actos adecuadamente.

Las emociones son 4 básicamente: enojo, tristeza, alegría y miedo.

LAS EMOCIONES CUMPLEN PRINCIPALMENTE 3 FUNCIONES:

1. Prepararse para la acción.
2. Delimitar el comportamiento futuro.
3. Regulan la interacción social y permiten a los observadores darse una idea de nuestro estado de ánimo.



RECONOCIMIENTO Y MANEJO DE EMOCIONES

La inteligencia emocional complementa a la inteligencia tradicional. Es decir, una persona puede no ser hábil desde el punto de vista intelectual o académico, pero si resulta ser una persona apreciada, querida y valorada por quienes la rodean, lo que lo llevará a ser reconocido por sus características emocionales.

Una persona con este tipo de inteligencia es capaz de reconocer las propias emociones y manejarlas, así como también es capaz de reconocer las emociones ajenas y comprender más allá de lo que expresan las palabras.

Partiendo de estas reflexiones, podemos mencionar de forma sencilla que hay algunos rasgos característicos de las personas inteligentes emocionalmente, de esto podemos mencionar el siguiente concepto.



Rasgos de una persona emocionalmente inteligente

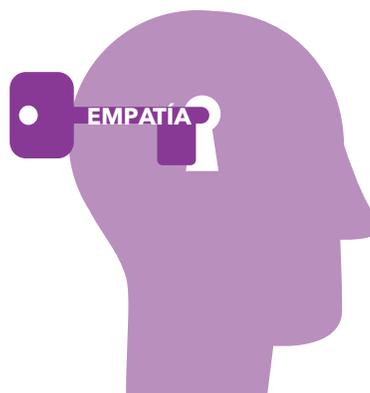
EMPATÍA

Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que los demás sienten.

En otras palabras, la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona. Sin embargo, una persona con inteligencia emocional tiene empatía y utiliza esta habilidad para poder resolver una situación determinada. Es decir, no solo comprende las emociones propias y ajenas sino que las transforma para el beneficio de ambas.

EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES

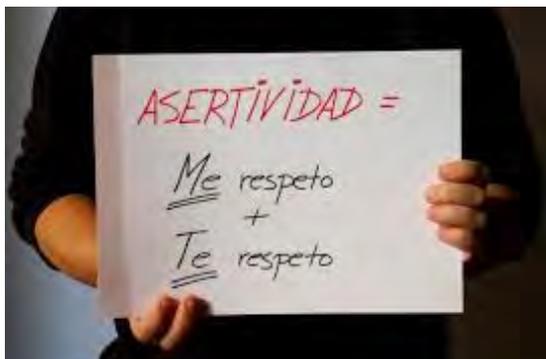
Hace varias décadas atrás, se creía que no era posible educar las emociones, ni siquiera se les tenía en consideración. Hoy en día es preciso y posible, según la inteligencia emocional, reeducar aquellas emociones dañinas (sentimientos de rencor, ira, odio, etcétera) y transformarlos en sentimientos asertivos que ayuden a cada persona en su vida y en relación con otras personas.



**PRESTAR ATENCIÓN
A TODA LA COMUNICACIÓN**

**ESCUCHAR
ACTIVAMENTE**

**ANALIZAR
LOS SENTIMIENTOS**



ASERTIVIDAD

Esta se refiere cuando una persona reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo, ya que posee un equilibrio entre sus emociones que lo conduce a acciones.

Es decir, sus emociones no le dominan sino que utiliza el reconocimiento de estas para su beneficio y el de los demás.

SOLIDARIDAD

Una persona con inteligencia emocional puede ser solidario en relación a otros.





Salud



Mantener un estilo de vida saludable favorece a nuestra inteligencia emocional, algunas personas piensan que una vida sana es sinónimo de sacrificios y restricciones, sin embargo, esto es mentira debido a que sólo se necesita ser conscientes sobre el cuidado de nuestro cuerpo.

Para conseguir un estilo de vida saludable, es necesario tener en cuenta la salud de modo integral, es importante que esto lo hagamos de forma progresiva y así, gozaremos de una existencia plena.





A continuación te presentamos 5 recomendaciones que te ayudarán, a mejorar tu calidad de vida tanto física como emocional.



1.- Alimentarse bien: Debemos comer diariamente frutas, verduras y granos integrales variados. Limitar el consumo de las bebidas con muchas calorías, azúcar, sal, grasa o alcohol, así como reducir las cantidades de carbohidratos, para evitar la acumulación de grasa.



2.- Dormir 8 horas: El sueño es muy importante en los procesos de aprendizaje y consolidación de la memoria, ayuda a la concentración, puede ayudar a reducir síntomas de estrés y depresión.



3.- Tomar agua: Es importante beber al menos dos litros de agua al día nos, mantendrá hidratados y llenos de energía.

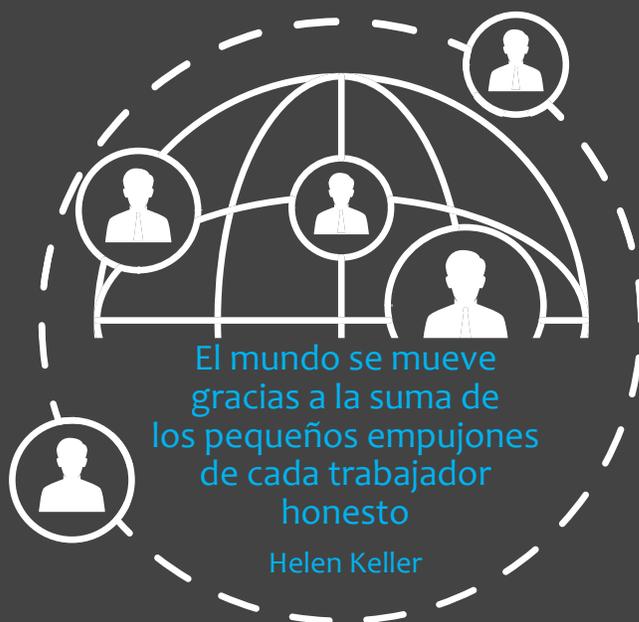


4.- Hacer ejercicio: Es recomendable que realicemos una actividad física al menos durante 30 minutos a la semana, también podemos incluir actividades durante el día que aumenten las frecuencias cardíaca y respiratoria y que fortalezcan los músculos y huesos.



5.- Reír: la risa es una respuesta biológica del organismo como respuesta a los estímulos. Es un excelente relajante, permite un mejor flujo sanguíneo y ayuda a tu presión arterial, la memoria, además de ser un remedio contra el dolor, ya que libera endorfinas (la hormona de la felicidad).

Otra recomendación importante es visitar al médico por lo menos una vez al año. Realizarnos exámenes, análisis y vacunas que necesitemos, además de cuidar nuestras emociones y relaciones sociales.



Día del trabajo

Esta es una celebración que se hace en todo el mundo.

En el año de 1886 miles de trabajadores de Chicago en Estados Unidos cansados de ser explotados, decidieron defender sus derechos laborales y se lanzaron a las calles para exigir: Una jornada de trabajo de 8 horas, tener el derecho a la huelga, a la libertad de expresión y asociación, así como a tener un trabajo y un salario justo. Sin embargo muchos de ellos murieron en el intento.

La primera vez que se celebra en México el día del trabajo con un desfile en el año de 1913, ahí los obreros exigían sus derechos.

En el año de 1923 siendo presidente de México el General Álvaro Obregón, se acordó oficialmente que el primero de Mayo es la celebración de la lucha obrera mexicana y a partir de 1925 con el presidente Plutarco Elías Calles, se decide que cada primero de Mayo se celebraría el Día del Trabajo.

10 de Mayo VIAJE A TRAVÉS DE LA HISTORIA SOBRE EL DÍA DE LA MADRE

La celebración del día de las madres se remonta a la antigua Grecia, cuando se le rendían honores a Rhea, la madre de los dioses Júpiter, Neptuno y Plutón. Los romanos llamaban a esta celebración La Hilaria, se llevaba a cabo el 15 de marzo en el templo de Cybele y durante tres días se hacían ofrecimientos.

Posteriormente, los primeros cristianos celebraban el día de las madres en honor a la virgen María, madre de Jesús.

Durante el siglo XVII, en Inglaterra también se llevaba a cabo un acontecimiento similar, honrando también a la Virgen y el cual se denominaba Domingo de las Madres. En ese día, los niños asistían a misa y ofrecían regalos a mamá. En 1914, el Congreso de Estados Unidos aprobó el segundo domingo de mayo la fecha como el Día de la Madre y la declaró fiesta nacional, lo cual fue apoyado por el Presidente Woodrow Wilson. Luego más de 40 países del mundo celebraban el Día de la madre en fechas similares.

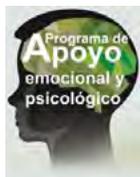
El día de las madres en México tiene origen desde hace más de 80 años, cuando un periodista llamado Rafael Alducin que trabajaba para el periódico “Excelsior”, hizo una invitación un 13 de Abril de 1922 a toda la gente, para que propusieran un día de festejo a las madres. Es así como el 10 de mayo de 1922, por primera vez en México se celebra a la madres.

**FELICIDADES A TODAS
LAS MAMÁS!!!**



Siempre doy 110% a mi trabajo. un 40% el lunes, 30% el martes, 20% el miércoles, 15% el jueves y un 5% el viernes.





- Ruiz, Miguel. (1998). Los 4 acuerdos. México, Urbano.
- Ruiz, Miguel. (2010). El Quinto Acuerdo. México, Urbano.
- Autores: Julián Pérez Porto y Ana Gardey. Publicado: 2008. Actualizado: 2012. Definición de: Definición de liderazgo <https://definicion.de/liderazgo/>
- Autores: Julián Pérez Porto y Ana Gardey. Publicado: 2008. Actualizado: 2012. Definición de liderazgo <https://definicion.de/liderazgo/>
- http://www.usmp.edu.pe/recursoshumanos/concurso2012/pdf/Ses_04_Liderazgo_Personal.pdf
- www.viveaunmejor.com/personalidad-coherente-lo-que-piensas-con-lo-que-dices-con-lo-que-haces
Consulta del día 26 de abril 2018
- Enciclopedia de Características (2017). “Inteligencia Emocional”. <https://www.caracteristicas.co/inteligencia-emocional/>
Consulta del 26/04/2018.
- http://www.peques.com.mx/1_de_mayo.htm
Consulta del 27/04/2018.
- http://www.peques.com.mx/10_de_mayo.htm
Consulta del 27/04/2018.