



BOSS

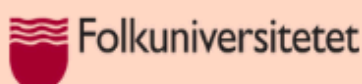
WOMEN IN FAMILY BUSINESSES

PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA MUJERES
LÍDERES EN LAS EMPRESAS FAMILIARES
EUROPEAS

MÓDULO 1: Liderazgo y Gestión

PARTE PRÁCTICA

2022-1-SE01-KA220-ADU-000087596

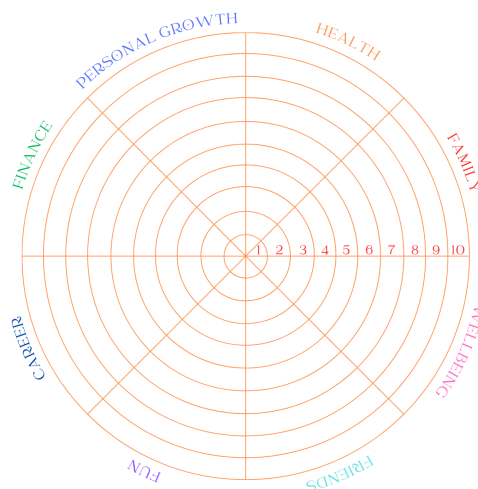


EJERCICIOS

EJERCICIO Nº	1
NOMBRE DEL EJERCICIO	Rueda de la vida
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	Autoevaluación, Identificación de prioridades, Establecimiento de metas, Medición del progreso, Planificación de acciones
DURACIÓN	15-30 minutos
DESCRIPCIÓN	<p>El ejercicio de la Rueda de la Vida es muy adecuado para las mujeres que trabajan en empresas familiares y para las mujeres empresarias en general, ya que refleja los aspectos y desafíos únicos a los que se enfrentan. Este ejercicio especializado ayuda a las mujeres a navegar por el complejo equilibrio entre su papel en la familia y las exigencias de dirigir un negocio.</p> <p>1. Establece tus categorías. Esto implica identificar las esferas fundamentales que abarcan los aspectos más significativos de tu vida. Por ejemplo: familia, carrera, finanzas, crecimiento personal, salud, bienestar y más</p> <p>2. Una vez que hayas determinado las categorías elegidas, dibuja un círculo y etiqueta cada categoría en tu rueda de la vida. Para hacer que la rueda sea más atractiva, puedes usar colores o imágenes como elementos de diseño.</p> <p>Ejemplo</p>

WHEEL OF

LIFE



3.

Evalúa cada área

La rueda de la vida se basa en la idea de que lograr la plenitud y la alegría depende de lograr un equilibrio entre las categorías destacadas. En consecuencia, la rueda de la vida sirve como herramienta para evaluar visualmente la distribución del tiempo entre estas áreas vitales. Para facilitar esta evaluación visual, sigue estos pasos:

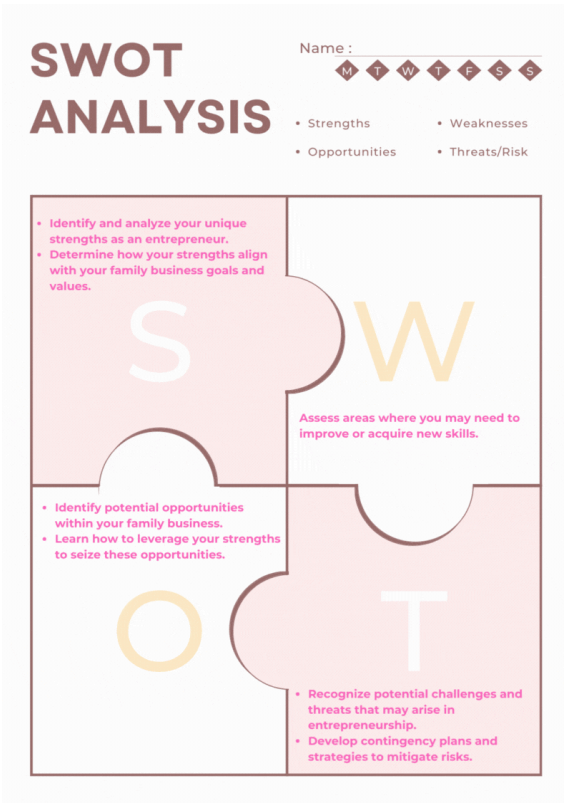
- Examina cada categoría cuidadosamente, evaluando el grado de atención que le estás prestando en este momento.
- Asigna a cada categoría un valor numérico en una escala de 0 a 10, donde 0 representa la atención mínima y 10 representa la atención máxima.
- Determina la calificación de una categoría y coloca una nota en la categoría apropiada.

4.

Une los puntos.

Una vez que hayas completado la evaluación de cada categoría e indicado las puntuaciones correspondientes en tu rueda de la vida, procede a conectar cada punto marcado alrededor del círculo. Esta vinculación de puntos te permite comprender visualmente la posición relativa de cada dominio y ayuda a determinar si tu rueda muestra un sentido de equilibrio.

	<p>5. Mide con los niveles deseados. Las distintas facetas de tu vida requieren diversos grados de énfasis, particularmente dentro de las diferentes fases. Esforzarse por lograr el equilibrio no implica necesariamente distribuir la misma atención a todas las categorías. Reflexiona sobre el nivel óptimo de atención que aspiras a asignar a cada dominio. Posteriormente, representa estas puntuaciones preferidas en tu rueda de la vida, diferenciándolas con un tono alternativo.</p> <p>6. Pon en marcha medidas para potenciar aspectos concretos Evalúa las discrepancias entre tu equilibrio de vida actual y deseado. Es posible que identifiques dominios en los que lograr el nivel de atención deseado parece un desafío. Aprovecha este instrumento visual para reconocer estas brechas, determinando así qué áreas requieren una mayor inversión de tiempo y enfoque. Posteriormente, toma medidas proactivas para cerrar estas brechas y fomentar la mejora.</p>
<p>HERRAMIENTAS DE APOYO (vídeos, enlaces, PTTs, etc)</p>	<p>Papel, bolígrafos o lápices de diferentes colores</p>
<p>Bibliografía</p>	<p>(2023, 11 de marzo). Rueda de la vida: qué es y cómo usarla para encontrar el equilibrio. Indeed. Rueda de la vida: qué es y cómo usarla para encontrar el equilibrio Indeed.com</p>

EJERCICIO Nº	2
NOMBRE DEL EJERCICIO	Análisis DAFO de las competencias emprendedoras
OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar y evaluar las fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas del emprendimiento. • Aplicar los resultados del análisis DAFO para tomar decisiones en la puesta en marcha o gestión de una empresa familiar de forma eficaz.
DURACIÓN	30-45 minutos
DESCRIPCIÓN	<p>Este ejercicio está diseñado para ayudar a las mujeres a evaluar sus habilidades empresariales y su preparación para iniciar o administrar una empresa familiar con éxito. Un análisis DAFO es una herramienta valiosa que ayudará a identificar las fortalezas y debilidades internas y las oportunidades y amenazas externas. Al realizar este análisis, las mujeres obtendrán información sobre sus capacidades y áreas que pueden requerir mejoras, lo que puede afectar significativamente al éxito de una empresa familiar.</p> <p>1. Completa la hoja de trabajo de análisis DAFO. Ten en cuenta tus habilidades, conocimientos, experiencia y características personales. Ejemplo:</p>  <p>The image shows a 'SWOT ANALYSIS' worksheet. At the top, it asks for a 'Name:' followed by a row of seven diamond-shaped boxes containing the letters M, T, W, T, F, S, S. Below this, there are four bullet points: Strengths, Weaknesses, Opportunities, and Threats/Risk. The main part of the worksheet is a 2x2 grid of interlocking puzzle pieces. The top-left piece is pink and contains the letter 'S' with instructions: 'Identify and analyze your unique strengths as an entrepreneur. Determine how your strengths align with your family business goals and values.' The top-right piece is yellow and contains the letter 'W' with instructions: 'Assess areas where you may need to improve or acquire new skills.' The bottom-left piece is yellow and contains the letter 'O' with instructions: 'Identify potential opportunities within your family business. Learn how to leverage your strengths to seize these opportunities.' The bottom-right piece is pink and contains the letter 'T' with instructions: 'Recognize potential challenges and threats that may arise in entrepreneurship. Develop contingency plans and strategies to mitigate risks.'</p>

	<p>2. Establece objetivos empresariales específicos y alcanzables basados en tu análisis DAFO.</p> <p>3. Crea un plan de acción para trabajar hacia tus aspiraciones empresariales.</p> <p>4. Comparte el plan con tu familia y obtén sus comentarios. Habla sobre acciones conjuntas de futuro para desarrollar la empresa familiar.</p>
HERRAMIENTAS DE APOYO (videos, enlaces, ppts, etc)	Papel, bolígrafos o lápices de diferentes colores
Bibliografía	<p>Kathy Haan, Cassie Bottorff (2023). Cómo iniciar un negocio en 11 pasos (Guía 2023). Forbes Advisor. https://www.forbes.com/advisor/business/how-to-start-a-business/</p> <p>Una guía para un análisis DAFO personal: preparación para tu próximo papel (2021). Pepperdine Business Blog. https://bschool.pepperdine.edu/blog/posts/personal-swot-analysis-guide.htm</p>

TAREA

Tarea Nº	1
Nombre de la tarea:	Carta a mí misma
Descripción de la tarea	Escribirte una carta a ti misma es una herramienta poderosa para la superación personal. Esta práctica es importante no solo para el desarrollo personal y la elaboración de estrategias, sino también para lograr los objetivos comerciales. Te ayuda a hacer realidad tus valores fundamentales, establecer prioridades, revivir aspiraciones y construir planes claramente definidos.
Entendiendo la tarea (Ver o leer sobre la tarea)	Zona de concentración, papel, bolígrafo y sobre.
Realización de la tarea	<p>1. Una carta para ti misma puede ser escrita durante un período de 3 meses, o tal vez más largo o más corto. El plazo exacto depende de la complejidad y el tiempo necesarios para alcanzar los objetivos descritos en la carta o de la integridad general de tus aspiraciones.</p> <p>2. Algunas preguntas sugerentes para ayudarte a escribir tu carta. Siéntete libre de adaptarlos a tus circunstancias específicas. Puedes incluir información adicional en la carta que coincida con tus propósitos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué logros alcanzaré en mi negocio para esta fecha X? ● ¿Qué pasos concretos daré mañana, la próxima semana y el próximo mes para avanzar hacia mis metas? ● ¿Cómo me siento con respecto a mi negocio y mi equipo en este momento? ¿Cómo estoy visualizando el estado emocional deseado de mi yo futuro en el entorno laboral? ● No te olvides de... (por ejemplo, mantener el equilibrio entre el trabajo y la familia, ver el fracaso como una valiosa experiencia de aprendizaje, etc.). ● Busco un cambio en... estos cambios están motivados por: ● Ahora puedo hablar con orgullo de mis logros... (describirás los logros que tienes ahora, pero solo de manera positiva). <p>3. Después de escribir, coloca la hoja en un sobre y guárdala en el sobre hasta que la abras en el futuro.</p>

Bibliografía	Carta a mí misma. Herramienta de Hyper Island
--------------	--

Tarea Nº	2
Nombre de la tarea:	Estrategias de gestión de riesgos
Descripción de la tarea	Esta tarea está diseñada para empoderar a las mujeres interesadas en iniciar o que están participando en una empresa familiar, proporcionando conocimientos y estrategias para una gestión eficaz de los riesgos. En el emprendimiento familiar, comprender y mitigar los riesgos es esencial para el éxito a largo plazo. Esta tarea te dará conocimientos prácticos y herramientas para identificar, evaluar y gestionar los riesgos dentro de tu empresa familiar.
Entendiendo la tarea (Ver o leer sobre la tarea)	Zona de concentración, papel y bolígrafo.
Realización de la tarea	<p>Paso 1: Comienza leyendo estos artículos para comprender por qué la gestión de riesgos es crucial en las empresas familiares:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/3-risk-management-challenges-family-owned-businesses-face/417686 2) https://ffipractitioner.org/the-role-of-risk-management-in-a-family-enterprise/ 3) https://www.thefbcg.com/resource/managing-risk-in-the-family-enterprise-its-more-than-financial/ <p>Paso 2: Tómate un momento para evaluar el enfoque actual de tu empresa familiar para la gestión de riesgos. ¿Con qué riesgos te has encontrado o prevés?</p> <p>Paso 3: Haz una lista de los riesgos potenciales específicos de tu empresa familiar.</p> <p>Paso 4: Encuentra las estrategias y consejos más efectivos para tu negocio en los siguientes artículos.</p> <p>Paso 5: Crea un plan sencillo de mitigación de riesgos para tu empresa familiar. Identifica medidas y acciones para abordar los riesgos identificados.</p> <p>Paso 6: Discute tu plan de mitigación de riesgos con un familiar de confianza. Busca su opinión y perspectiva.</p>

Bibliografía

3 retos de la gestión de riesgos a los que se enfrentan las empresas familiares y cómo resolverlos (2022).

<https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/3-risk-management-challenges-family-owned-businesses-face/417686>

El papel de la gestión de riesgos en una empresa familiar (2019).

<https://ffipractitioner.org/the-role-of-risk-management-in-a-family-enterprise/>

MICHAEL L. FASSLER, WENDY SAGE-HAYWARD (2015). Gestión del riesgo en la empresa familiar: más que finanzas

<https://www.thefbcg.com/resource/managing-risk-in-the-family-enterprise-its-more-than-financial/>