**Alumna:** Tania Lizbeth Guillen Aguilar **Asunto:** Actividad 5.- Mujeres que inspiran

**Grado:** Segundo semestre. **Grupo:** “A” **Profesor:** Alejandro Cervantes Iturbe

**Materia:** Fundamentos de alta dirección **Fecha de entrega:** 10/03/2023

**REFLEXION:**

Al estar en la conferencia fue muy gratificante ver a mujeres empoderadas defendiendo y alzando las voz con más mujeres, pero lo que me llamo más la atención fue escuchar a la Doctora Karen Koch Ferrer Aquino, para mí fue el claro ejemplo que no existen limitantes para hacer las cosas, siempre ponemos de pretexto ciertas circunstancias para no hacer lo que debemos hacer, no nos damos cuenta de que estamos completos y tenemos la capacidad para hacer lo que sea, hay personas con discapacidad que están haciendo 3 veces lo que nosotros deberíamos hacer y eso nos dice que el límite solo lo ponemos nosotros.

**Hallazgo:**

**La habilidad de liderazgo** que voy a desarrollar es: quitarme limitantes. Mi meta de aquí a un año no decir “no puedo” y cambiarlo por “¿Cómo puedo lograrlo?”. Esto es lo que voy a hacer cada día: meditar 15 minutos al día para controlar mis pensamientos, para alcanzarlo yo voy a cumplir 100% mi plan.

**Meta:**

* Eliminar los limitantes, evitar decirle a mi mete “No puedo” y cuestionarme la pregunta “¿Cómo puedo hacerlo?” para que esta misma en vez de cerrarse a no poder hacerlo, busque opciones de cómo realizar la actividad.