

coaching  
**eXtremo**

# Módulo I

## Video 3 El Pensamiento vs. El Pensador

LeoAlcalá

© 2010 por Leo Alcalá

1

coaching  
**eXtremo**

*“Pensar es la tarea más dura que hay, lo que es la razón probable de por qué hay tan pocas personas que se dedican a ella”*  
—Henry Ford



© 2010 por Leo Alcalá

4

coaching  
**eXtremo**

# Mentalidad



No es lo que sabes,  
es **como piensas**

© 2010 por Leo Alcalá

2

coaching  
**eXtremo**



*“No podemos resolver un problema usando el mismo tipo de pensamiento que usamos cuando lo creamos”.*  
—Albert Einstein

© 2010 por Leo Alcalá

5

coaching  
**eXtremo**

# Mentalidad



Lo que te es posible  
**ver, hacer y lograr**

© 2010 por Leo Alcalá

3

coaching  
**eXtremo**

# Pensador



Tú no eres tus  
pensamientos,  
**tú eres  
el que piensa**

© 2010 por Leo Alcalá

6

coaching  
eXtremo

# Pensador



¿Quién está pensando?  
¿Quién **elige** tus pensamientos?

© 2010 por Leo Alcalá

7

coaching  
eXtremo

# Pensador



Tú, desde tu consciencia

© 2010 por Leo Alcalá

10

coaching  
eXtremo

# Pensador



Tus **patrones** y hábitos

© 2010 por Leo Alcalá

8

coaching  
eXtremo

# Pensador



Puedes **escoger** pensamientos diferentes si aquellos con los que te encuentras... ¡no te gustan!

© 2010 por Leo Alcalá

11

coaching  
eXtremo

# Pensador



Tus **creencias**

© 2010 por Leo Alcalá

9

coaching  
eXtremo

# Pensador



Lo que le da poder a tus pensamientos es **la atención que pones sobre ellos**. Es, en otras palabras, si te los tomas en serio.

© 2010 por Leo Alcalá

12

coaching  
**eXtremo**

# Pensador



¿Qué sería de ti si tus pensamientos limitantes y negativos... ¡te los tomaras en broma!?

© 2010 por Leo Alcalá

13

coaching  
**eXtremo**

# Pensador



Por el hecho que pienses algo... ¡no tienes que creértelo!

© 2010 por Leo Alcalá

14

coaching  
**eXtremo**

# Pensador



¿Cuál es el pensamiento con el que te quieres quedar?

© 2010 por Leo Alcalá

15