



CENTER *for* RURAL AFFAIRS



---

# Establecimiento de Objetivos Holísticos

Parte del curso

El Ciclo de una Operación Avícola



---

## Hoy cubriremos- ...

---

- **Antecedentes de los objetivos holísticos/administración holística**
- **Las 3 partes de un objetivo holístico**
- **El proceso de 3 pasos para hacer sus Objetivos Holísticos Agropecuarios**
- **Preguntas para reflexionar que lo preparen para escribir SUS Objetivos Holísticos + establecer el proceso de colaboración para su granja**





---

# Con lo que deseo que usted se quede...

---

- **Saber qué son los Objetivos Holísticos**
- **Saber cómo elaborar un objetivo holístico**
- **Sentirse preparado para**
  1. **Definir su “Entero”**
  2. **Llevar a cabo el proceso privado de sus propias metas/valores holísticos**
  3. **¡Comenzar el proceso de objetivos holísticos colaborativas con sus equipo!**





---

## ¿PERO PORQUE?

---

Su granja es más que su operación, su negocio.  
También es su casa.

Sostenibilidad=crear sistemas que realmente se  
prolongan con el tiempo

Las relaciones importan. Su bienestar es  
importante.

# ¿Porque es importante?

¿Estás empujando mientras otra persona está jalando?

¿Trabajas todo el tiempo?

En tus momentos bajos, ¿recuerdas por qué estás haciendo lo que estás haciendo?

¿Cómo sabrás cuando tengas éxito si no estas seguro de cuáles son sus valores?

¿Solo esperas que todo salga bien?

¿Te encuentras distraído con trabajo “urgente” y ocupado?

No tienes que llegar a un nivel bajo: adelantarse al agotamiento y descubra lo que quiere y por qué (ahora).

# Ahora, ¿qué es una Objetivo Holístico?

Una OH es un objetivo a largo plazo de tres partes, construido alrededor de sus necesidades, valores de calidad de vida, y construido por todos los que se ven afectados por esas decisiones

1. SU CALIDAD DE VIDA, EN DETALLE
2. LOS SISTEMAS Y ACTITUDES PARA LOGRAR EL #1
3. LA COMUNIDAD IDEAL DEL FUTURO

# Tres partes de un objetivo

## Holístico DE VIDA

Las declaraciones de calidad de vida responden **¿Que realmente queremos que sean nuestras vidas?** A menudo evitamos profundizar tanto, posiblemente porque no estamos en el camino correcto o porque parece demasiado difícil detenerse y cambiar de dirección. Apagamos fuegos y nos enredamos en el día a día. Pero esta parte de dar un paso atrás es muy importante; ¡y puede que lo encuentres catártico!



## 2. COMPORTAMIENTOS Y SISTEMAS

También puede pensarse como FORMAS DE PRODUCCIÓN. A esto es a lo que debemos comprometernos, para lograr nuestra calidad de vida deseada. Recuerde, no son las tareas exactas del día a día (que serían el “cómo”). En cambio, estamos hablando de los sistemas y actitudes generales. Entraremos en algunos ejemplos.



## 3. VISIÓN

O podría llamarlo la BASE DE RECURSOS FUTUROS. En el futuro. **Que debe existir para que las formas de producción tengan recursos de los cuales depender, para lograr su calidad de vida.** La base de recursos futuros incluye la tierra, las personas y la comunidad. ¿Cuál es su granja y comunidad ideal? Este es su momento de soñar.





# 1. CALIDAD DE VIDA

Pregúntese cómo quieren realmente que sea su vida. ¿Qué es lo que valoran/disfrutan/quieren?  
¿Qué es lo que le emociona?

- Queremos... estabilidad financiera todo el año.
- Valoramos - la calidad de tiempo con nuestros amigos y familiares.
- Nos gusta... tener tiempo para dedicarnos a pasatiempos no agrícolas. (puede no ser relevante para algunos)

# 2. COMPORTAMIENTOS Y SISTEMAS

Ahora pregúntese ¿qué necesitamos hacer para lograr la calidad de vida que hemos descrito? ¿A qué te comprometes para tener la vida que deseas? Estos son generales.

- Planificamos para obtener ganancias, chequear regularmente el flujo de efectivo mensual, no cobramos de menos.
- Equilibramos el trabajo y el tiempo familiar, establecemos y seguimos límites claros.
- somos buenos administradores del tiempo, dejamos de hacer lo que no funciona para recuperar el tiempo "libre", equilibramos nuestra balanza con el número de empleados. (o: profundizamos y no diferenciamos el tiempo de trabajo del tiempo libre)



### 3. VISION

En el futuro, ¿cómo quiere que la gente te vea? ¿Qué legado personal e impacto tendrá para los demás? ¿Cómo se verán el paisaje y la comunidad y cómo deben ser tratados ahora para mantener su calidad de vida en el futuro?

- ¿Cómo debes de comportarse ahora para ser la persona que quiere ser?
- ¿Cómo tratarán usted y sus vecinos la tierra ahora para que sea ideal más adelante? ¿Qué pasa con el paisaje más grande? ¿Puede participar en reuniones de planificación, ser activo con zonificación, fideicomiso, otras juntas o comités de uso de la tierra?
- ¿Qué servicios deben existir en la comunidad en el futuro? Cuando describe su paisaje futuro y comunidad, esto lo ayuda a convertirse en una parte activa de su creación.

#### **Eje:**

El acceso a oportunidades y educación existirá para todos. Los mentores ayudarán a los jóvenes a aprender sobre agricultura. La expansión urbana estará bajo control y los residentes tendrán la opción de comprar gran parte de sus alimentos de fuentes locales. Las empresas locales prosperarán y brindarán entretenimiento, así como empleos y servicios.

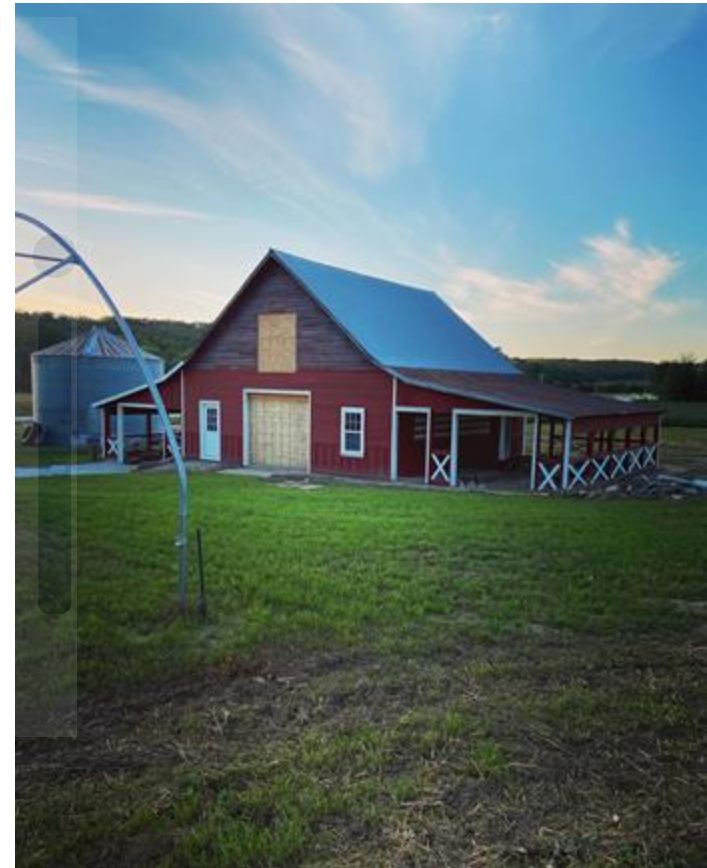
# Mi proceso de objetivo holístico

- **¡Vino después del hecho!**
- **No hicimos tiempo para tener conversaciones sobre valores individuales y el todo mayor.**
- **No centré mis propios valores**
- **Llegue al agotamiento de la granja**
- **Llegue a la enfermedad**
- **Cerre primer negocio agrícola**
- **No enseñan estas cosas en las clases de negocios....**

“It’s important to work with a holistic goal as a living document. Things change. Reevaluate, revise, have an annual process for your farm.”  
- Atina Diffley



**“Es importante trabajar con un objetivo holístico como un documento vivo. Las cosas cambian. Reevalúe, revise, tenga un proceso anual para su finca”.**  
**-Atina Diffley**



# 3 pasos para crear objetivos holísticos

1. Identificar a  
“Todos” los  
Responsables de  
las Decisiones

2. Su proceso  
personal

3. El proceso  
colaborativo



# Pasos para crear objetivos holísticos

## Paso uno: definir 'integral'

Hay partes interesadas primarias y partes interesadas secundarias



**Primero** - Las personas que se ven más afectadas por una decisión. Son los principales responsables de las decisiones.

**Secundo:** estas personas se ven afectadas por la decisión, pero es posible que no tomen la decisión final o que sea importante en la decisión final. Puede ser importante comprender sus criterios e incluirlos en la planificación estratégica.

Invite a las personas afectadas. Recuerde, esto no se trata sólo de usted. ¿al socio comercial? ¿Cónyuge o compañero de vida? Empleados en algunos casos. ¿Hermanos? ¿Otra familia? Se establecen las necesidades de aceptación y se fortalecen las necesidades de confianza. Al final de este proceso, cada persona debe de adueñarse de sus propios OH.

# Pasos para crear objetivos holísticos

## Paso dos: El proceso privado

Trabaje individualmente para expresar sus objetivos holísticos personales. ¡Los ejercicios en las hojas de tarea son para ayudar con esto!  
¡Exploraremos algunos de estos esta noche a través de nuestras pláticas! Reflexionar y escribir metas y prioridades personales. Programe tiempo para estar solo y no distraído. Tal vez pueda hacer esto en diez minutos; tal vez necesite comenzar un día, alejarse del ejercicio y regresar. Hay ejercicios y sugerencias para ayudar con este proceso.



**El Proceso de Objetivos Holísticos privado incluye lo siguiente en un solo documento;**

1. Una declaración de calidad de vida
2. Formas de Producción
3. Basado de recursos futuros

# Pasos para crear Objetivos Holísticos

## 3. El proceso colaborativo



Cuando todos hayan completado el proceso privado, reúnanse con su grupo. Reserven tiempo en el que puedan concentrarse. Tal vez tomar un retiro lejos de la granja. Comparta lo que creó cada persona. Reúna las metas de cada persona en un objetivo más amplio y completo.

Es importante no competir, no comprometerse, no evitar. Todos dentro del “entero o completo” deben tener sus objetivos y prioridades incluidas.

**Busque Entender. Entonces busque ser entendido**



# ¡Reflexionemos sobre su “entero o completo”!

## Preguntas de grupo, pausa y reflexión....

- ¿Quién está incluido en su Entero o completo?
- ¿Con que está trabajando?  
Gente, Tierra, Animales, Equipo, Comunidad
- ¿Qué capital/recursos tiene?

**5 minutos**



# Reflexionemos sobre sus valores.

## Preguntas de grupo, reflexionar...

- Yo quiero ...
- Me gusta ...
- Yo valoro ...

Comparta una cosa de lo que se sienta cómodo.

**Tiempo  
para  
compartir**

A faint, light green watermark is visible in the background. It features a stylized plant with two leaves and a central flower-like shape at the top. Below the plant, the word "Tiempo" is written in a large, thin, sans-serif font, centered horizontally.

## Declaraciones de calidad de vida

## Formas de Producción/Sistemas

Queremos encontrar alegría en cada día	➔	Reservamos tiempo cada día para observaciones, reflexiones, gratitud.
Necesitamos tener seguridad financiera durante todo el año.	➔	Estudiamos nuestros números, planificamos para obtener ganancias, monitoreamos y ajustamos regularmente para lograr la eficiencia empresarial.
Valoramos el orden y la estructura.	➔	Mantenemos un calendario ordenado, hogar, tienda, vehículos.
Valoramos la autonomía y el tiempo a solas.	➔	Decidimos las responsabilidades claras de cada persona. Límites respetados.
Valoramos la comunicación y el trabajo en equipo.	➔	Hablamos de manera honesta, abierta y respetuosa, y nos esforzamos por no guardar rencor, no irnos a la cama enojados o dejar que los problemas se prolonguen por una cantidad de tiempo poco saludable.
Necesitamos suficiente descanso.	➔	Designamos un ambiente tranquilo y cómodo para dormir. Planeamos con días de enfermedad.
Nos preocupamos por brindar acceso a alimentos saludables a los miembros de la comunidad de bajos ingresos	➔	Participamos en sesiones y programas de información y capacitación que cierran las brechas para los consumidores mientras pagan precios justos a los agricultores.
Necesitamos sentirnos saludables y mayormente libres de dolor	➔	Comemos diversos alimentos y hacemos ejercicio aparte del trabajo agrícola diario.

# Ejercicio de calidad de vida

Tomese 2 minutos y escriba una simple "Declaración de calidad de vida", no lo piense demasiado. ¿Qué es lo que realmente le importa?

Debe incluir cosas como;

- Bienestar económico
- Relaciones humanas
- Crecimiento personal
- Contribuir a otros
- Salud personal

# Sistemas - ¿Cómo llegas a tu calidad de vida?

Tómese 1-2 minutos, mire su declaración de calidad de vida. ¿Qué necesitas para conseguir esto?

Ejemplo: “Para disfrutar lo que hacemos en el trabajo todos los días”

Sistema/Producción: Un equilibrio entre el trabajo y la vida personal O

Tiempo suficiente para planificar bien la explotación de la granja



**Tiempo  
para  
compartir**

# Base de recursos futuros

## Preguntas de grupo:

¿Cómo será el paisaje dentro de 20, 50, 100 años?

¿Qué servicios requerirá la comunidad para sostener sus formas de producción?

Describa cómo se verá su negocio.

**Tiempo  
para  
compartir**

# Paso tres: proceso colaborativo

1. Reservar tiempo y lugar

2. Eliminar las distracciones

3. No olvide comer y moverse

3. Haga que los planes sean visibles y colaborativos

# Paso Tres: Proceso Colaborativo

## Sugerencias

- Lo más importante es que todos entiendan los valores y objetivos de cada uno
- No trate de desafiar o cambiar los valores y objetivos de los demás
- Find the areas where individuals' values and goals relate to each other.
- Algunas metas pueden no ser compartidas inicialmente por todos, pero deben convertirse en parte de la meta holística del grupo.
- Recuerde: no todos deben estar de acuerdo en hacer que las metas individuales sean parte de las metas del todo.
- Encuentre formas de expresar estas diferentes metas que se combinan y colaboran.

# Reflexionemos acerca de la colaboración...

Pregunta... dadas las últimas afirmaciones, ¿qué le llama la atención personalmente sobre el proceso colaborativo?



**Tiempo  
para  
compartir**



**No se comprometa**

**(Si) Adaptarse**

# Tenga en Cuenta

No importa

- qué tan completo es su plan de negocios
- cuán profundas son sus redes
- con cuánto capital comienza
- qué tanto comprende los presupuestos

**SI**

**no ha pasado el tiempo reflexionando y escribiendo sus valores.**

*Para qué sirve todo esto??? (Usted debe saber)*

# Resumen

**Identifique su “Entero o completo”**

**Proceso**

Sus

Declaración de calidad de vida, sistemas, futuro

**Privado**

valores

**Proceso**

**colaborativo**

**Pongalo en su lugar, vuelva a visitarlo, ¿esta funcionando?**



# ¿Cómo implementaremos nuestra OH?

## Plan

= la dirección a seguir

## Replanificar

= reevaluar, redirigir, retomar el rumbo cuando las cosas importantes van mal o cambian

## Chequear

= una forma de medir el progreso

## Control

= corregir nuestro rumbo cuando las cosas van mal

# Su Tarea

**Dedique tiempo a su propio proceso  
Utilice los diagramas**

**Programe un tiempo (¡hagalo divertido!) para  
su proceso colaborativo**

**Identifique las metas de su granja holística**

# From Atina Diffley

“

Think Of Your Goal As A Guide For Your Journey, Not An End Point: A focus on a lofty goal far in the future can reduce current happiness. Use your goal to help you make decisions that lead to what you want your life to be. Enjoy the present moment and improve at the same time. You will likely spend far more time traveling on this journey than at the end point. It's the travel that will make or break you.

”

De Atina Diffley

Piense en su meta como una guía para su viaje, no como un punto final: centrarse en una meta elevada en el futuro lejano puede reducir la felicidad actual. Use su meta para ayudarlo a tomar decisiones que le lleven a lo que quiere que sea su vida. Disfrute del momento presente y mejore al mismo tiempo. Es probable que pase mucho más tiempo viajando en este viaje que en el punto final. Es el viaje el que le hará o lo arruinará.

