



EPISODIO **C040. BARRERAS DE PROTECCIÓN**



Las barreras de protección son como el seguro de vida: es mejor tenerlo y no necesitarlo que necesitarlo y no tenerlo."

¿Cómo definirías una barrera de protección en tu contexto profesional o personal?

### **SOCIEDAD Y CRÍTICA**

¿Has establecido alguna barrera de protección en tu vida que haya sido malinterpretada o criticada por otros?

**Considera cómo las barreras de protección, aunque criticadas, pueden ser fundamentales para preservar valores y moralidad personal.**

### **RELACIONES CON COMPAÑEROS**

Evitar estar a solas con compañeros del sexo opuesto.

1. ¿Qué barreras similares podrían ser relevantes en tu ambiente laboral?
2. ¿Cómo estas barreras protegen tus valores y relaciones profesionales?

**Somos el promedio de las personas que nos rodean". Reflexiona sobre el impacto de tus colegas en tu comportamiento y decisiones.**

### **BARRERAS CON CLIENTES Y PROVEEDORES**

1. ¿Cómo identificar y establecer barreras de protección en relaciones externas?
2. ¿Qué estrategias son efectivas para mantener estas barreras sin perjudicar la relación?

**La importancia del control de expectativas y la resolución de conflictos.**



EPISODIO **C040. BARRERAS DE PROTECCIÓN**



Las barreras de protección son como el seguro de vida: es mejor tenerlo y no necesitarlo que necesitarlo y no tenerlo."

¿Cómo definirías una barrera de protección en tu contexto profesional o personal?

**BARRERAS PERSONALES: PROTEGER TU CORAZÓN**

**Culpa, Ira, Avaricia, Envidia.**

1. **Culpa:** Conversar y compartir sentimientos para sanar.
2. **Ira:** Perdonar y llenar vacíos de información con buenas intenciones.
3. **Avaricia:** Servir a los demás y compartir logros.
4. **Envidia:** Practicar la gratitud.

**¿Cómo estos sentimientos han afectado tus decisiones y cómo has manejado estas barreras internas?**

**PARA REFLEXIONAR**

1. ¿Cómo podemos identificar cuando una barrera de protección se convierte en una limitación en lugar de una salvaguarda?
2. ¿Cómo asegurar que tus barreras de protección estén alineadas con tus valores y no se conviertan en obstáculos para tu desarrollo?
3. ¿Qué aprendizajes has obtenido sobre las barreras de protección?
4. ¿Cómo aplicarás estos conceptos en tu vida profesional y personal?
5. ¿Qué barreras necesitas revisar o establecer para protegerte efectivamente?

**Comprender la importancia de colocar barreras de protección sin restringir el crecimiento personal o dañar relaciones valiosas.**