



CONDUCTA  
ORGANIZACIONAL

# FORTALECIENDO EQUIPOS: ESTRATEGIAS DE LIDERAZGO ORGANIZACIONAL Y BIENESTAR

**Carolyn Rodríguez-Torres, MS, LP**

Webinar ofrecido el 14 de noviembre de 2025

Hispanic Educational Technology Services (HETS)

Conducta Organizacional LLC

Office: (939) 237-6229 | (630) 277-9579

Email: [info@conductaorganizacional.com](mailto:info@conductaorganizacional.com)

Website: [www.conductaorganizacional.com](http://www.conductaorganizacional.com)

San Juan, Puerto Rico | Wheaton, Illinois



**HETS**





## ENFOQUE

# FORTALECIENDO EQUIPOS: ESTRATEGIAS DE LIDERAZGO ORGANIZACIONAL Y BIENESTAR



Cómo los **estudiantes/profesionales** pueden liderar mejor, comunicar mejor, trabajar mejor con *otros y cuidar su bienestar* para **alcanzar sus metas académicas y profesionales**, mientras también fortalecen sus equipos de clase, organizaciones estudiantiles y espacios donde participan.



Hoy no vamos a hablar de liderazgo como un título... sino como una mentalidad.







Título de líder



Mentalidad de líder



Título de líder



## **Mentalidad de líder**

Actuar con autenticidad,  
seguridad, confianza y  
responsabilidad.



## **Mentalidad de líder**

Actuar con autenticidad,  
seguridad, confianza y  
responsabilidad.

**“Y hoy vamos a mirar cómo activar esa  
mentalidad desde donde estás, no desde  
donde quisieras estar.”**



## ¿QUIÉN LES DICE ESTO HOY?

- **Aprendí a trabajar en equipo como estudiante, no después.**



## ¿QUIÉN LES DICE ESTO HOY?

- **Presidenta y Secretaria:** Asociación Estudiantil de Finanzas y Economía de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Arecibo.
- **Relacionista Público:** Asociación Estudiantil de Psicología Industrial-Organizacional (SAIOP) de la Universidad Albizu.
- **Secretaria:** Asociación de Gerencia Innovadora de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Arecibo.
- **Miembro del comité administrativo del Task Force** de Comunidades Hispanas de la **Division 36** – Society for the Psychology of Religion and Spirituality de la American Psychological Association (APA).
- **Miembro de SIOP** (Society for Industrial and Organizational Psychology) y parte del **International Affairs Committee** (Comité de Asuntos Internacionales).
- He sido miembro de:
  - Sociedad Interamericana de Psicología, Inc.
  - Asociación de Ejecutivos de Ventas y Mercadeo de Puerto Rico
  - Camará de Comercio Hispana de Illinois



# HOY DÍA HE TENIDO LA OPORTUNIDAD DE TENER CLIENTES:

Asesoría y Apoyo a Clientes a nivel internacional

- Puerto Rico
- Estados Unidos
- México
- Colombia
- Venezuela
- Guatemala
- Ecuador





## ¿QUÉ NOS HA DISTINGUIDO HASTA HOY?



Creemos en implementar estrategias validadas



Creemos en el desarrollo y el éxito de las organizaciones



Creemos en maximizar tiempo y procesos



Creemos en hacer las cosas con ética e integridad



## ¿QUÉ NOS HA DISTINGUIDO HASTA HOY?



Creemos en implementar estrategias validadas



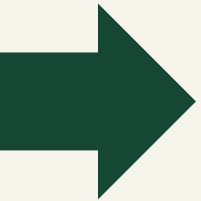
Creemos en el desarrollo y el éxito de las organizaciones



Creemos en maximizar tiempo y procesos



Creemos en hacer las cosas con ética e integridad



## ¿QUÉ TE DISTINGUE HASTA HOY?

- No espere a graduarme para actuar
- No espere “al momento perfecto”
- Active mi mentalidad de liderazgo desde temprano

¿QUÉ RIGE LO QUE HACES HOY?  
¿DESDE QUÉ MENTALIDAD ESTÁS  
TOMANDO DECISIONES?



- Soy estudiante... y a veces pienso que no puedo hacer más todavía.
- Soy first gen y me siento cansado/a, en transición o confundido/a.
- No me doy cuenta de que ya estoy liderando.
- Nadie me enseñó cómo activar mi mentalidad profesional y de liderazgo.





# MINDSET

THINK OUTSIDE OF BOX





# HOJA DE RUTA





## HOJA DE RUTA...

### “FORTALECIENDO EQUIPOS: ESTRATEGIAS DE LIDERAZGO ORGANIZACIONAL Y BIENESTAR”

- ✓ ¿Cómo trabajar mejor con otras personas?
- ✓ Habilidades reales de liderazgo que puedo aplicar ya
- ✓ ¿Cómo crear ambientes saludables?
- ✓ ¿Cómo mejorar mi bienestar mientras estudio/trabajo?
- ✓ ¿Cómo estas destrezas me preparan para mi carrera profesional?



# ¿CÓMO TRABAJAR MEJOR CON OTRAS PERSONAS?

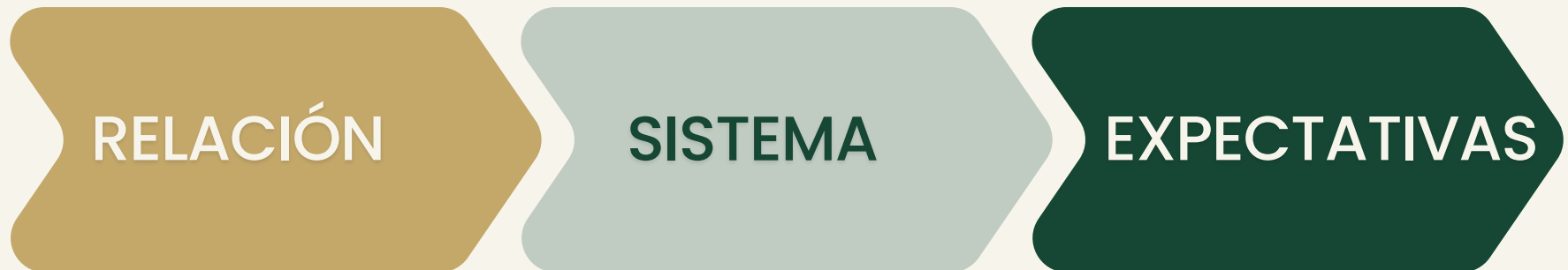




# ¿CÓMO TRABAJAR MEJOR CON OTRAS PERSONAS?

(BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)

## MODELO





## MODELO (BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)



### 1. Dimensión Relacional (cómo me conecto con los demás)

Esto es Psicología I/O: relaciones → desempeño → bienestar.

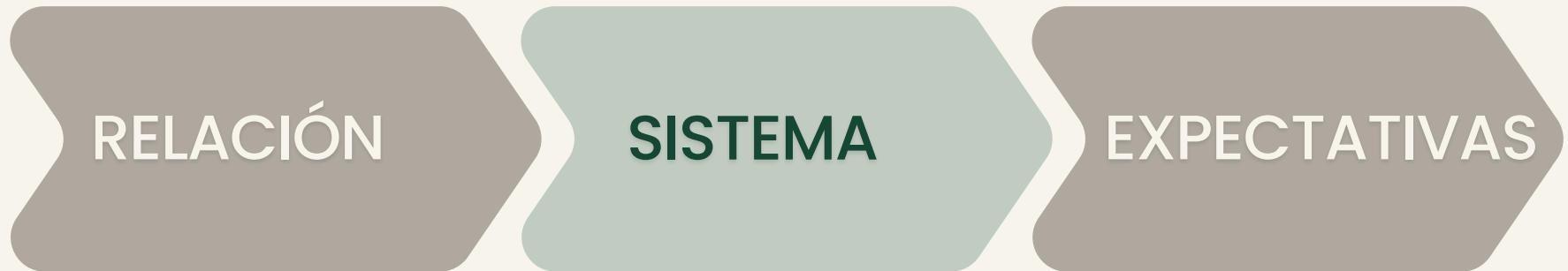
Aquí se integran:

- Escuchar activamente (no asumir, preguntar).
- Regular emociones antes de responder.
- Reconocer el esfuerzo del otro.
- Ser una persona “fácil de colaborar” (claridad, respeto, responsabilidad).

“Trabajamos mejor cuando manejamos nuestras actitudes, escuchamos al otro y desarrollamos relaciones donde hay respeto, claridad y disposición.”



## MODELO (BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)



### 2. Dimensión de Sistema (cómo organizamos el trabajo)

Mi experiencia y sistemas:

- Google Meet + transcripciones
- Google Drive compartido
- Edición en tiempo real
- Fechas de “deadlines” visibles para todos
- IA como copiloto (ChatGPT para resúmenes, tareas, planificación)

“Es difícil sostener el trabajo en equipo sin sistemas, y los sistemas no funcionan sin relaciones. Ambos son necesarios.”

PI/O: **Technology + human factors + collaboration.**



## MODELO (BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)



### 3. Dimensión de Expectativas (cómo evitamos conflictos y atrasos)

- No asumir → preguntar
- Clarificar roles
- Clarificar entregables
- Clarificar tiempos
- Acordar la forma de comunicación

“Nada disminuye la motivación de un equipo más rápido que trabajar sin expectativas claras. Claridad es amabilidad.”



# HABILIDADES DE LIDERAZGO QUE PUEDO APLICAR YA

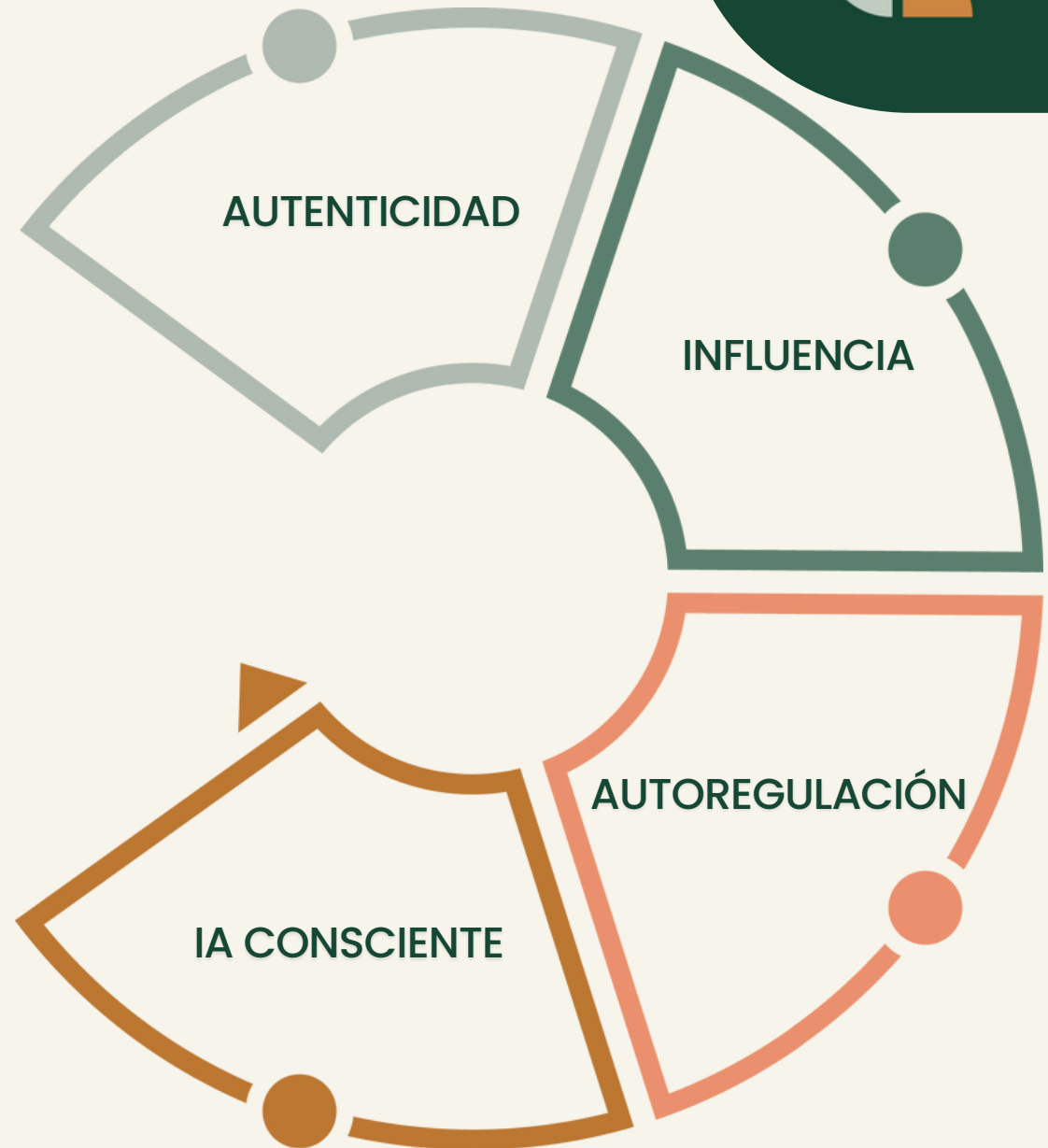




# HABILIDADES DE LIDERAZGO QUE PUEDO APLICAR YA

(BASADO EN MI EXPERIENCIA)

MODELO

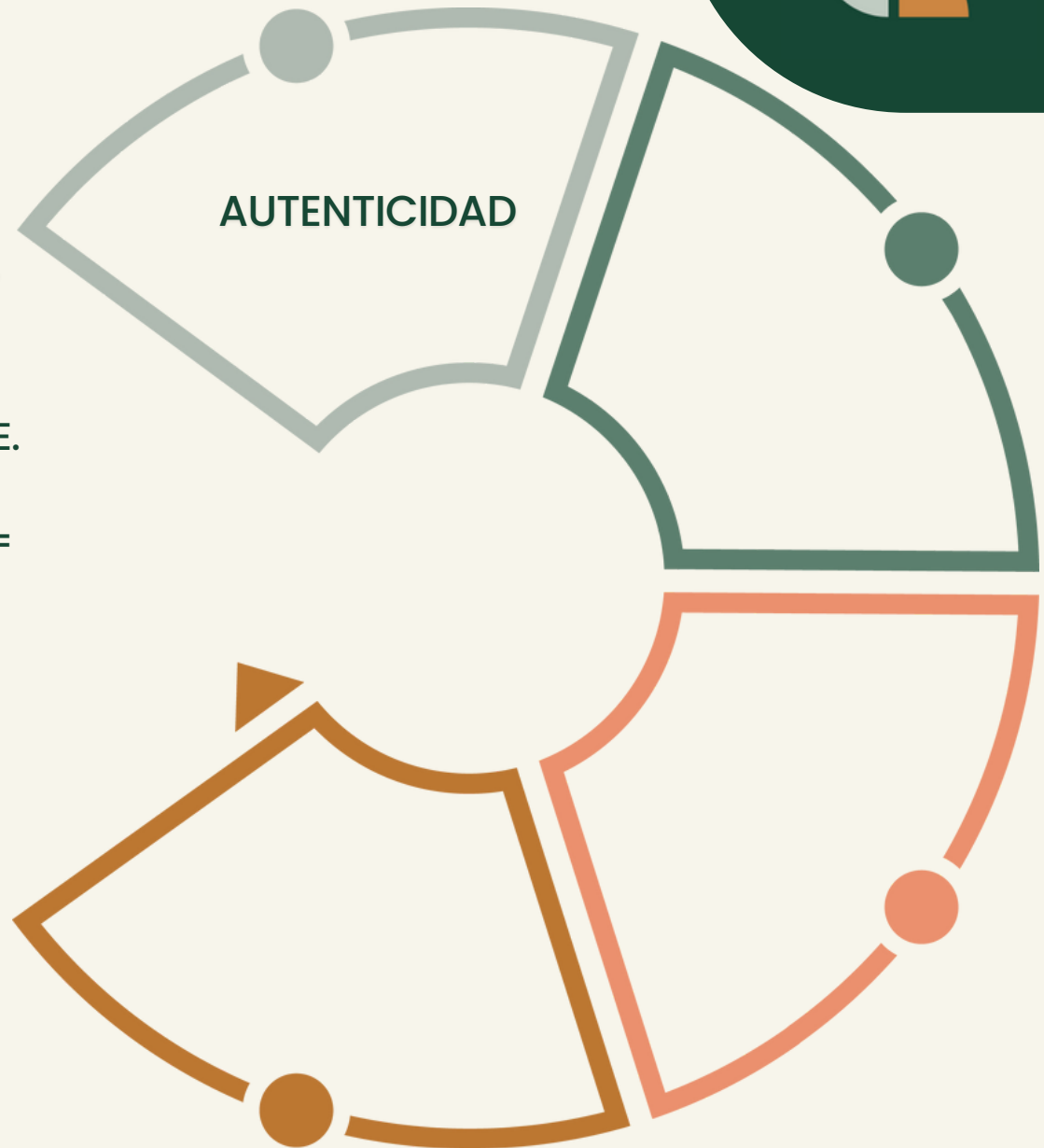




# 1. AUTENTICIDAD (TU MARCA PERSONAL COMO LÍDER)

- SER TÚ MISMO SIN COPIAR A NADIE.
- HABLAR CON HONESTIDAD.
- SER CONGRUENTE: “LO QUE DIGO = LO QUE HAGO”.
- SER TRANSPARENTE SIN PERDER PROFESIONALISMO.

“LA AUTENTICIDAD CREA CONFIANZA,  
Y LA CONFIANZA ES LA BASE DEL  
LIDERAZGO.”

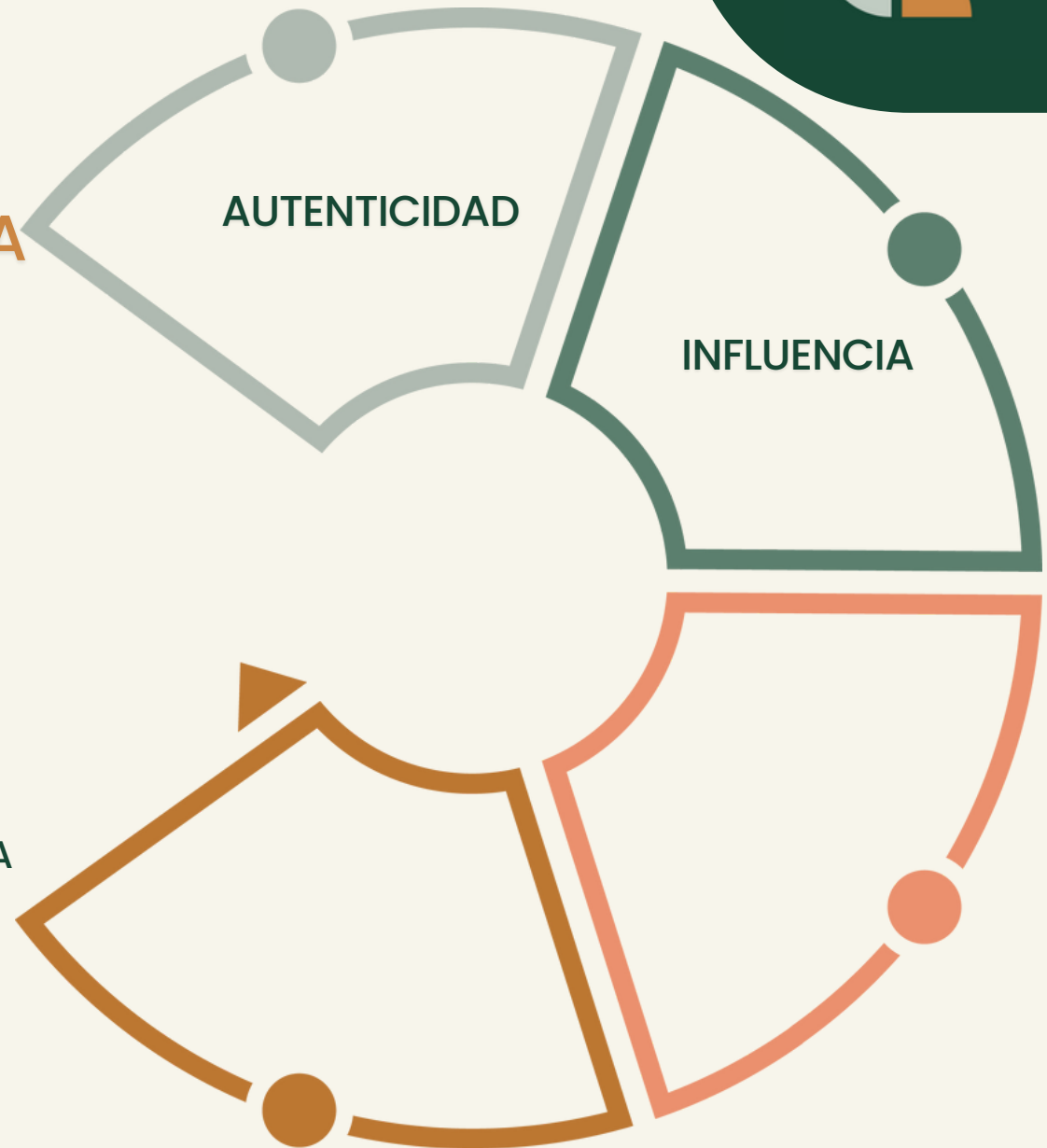




## 2. INFLUENCIA POSITIVA (LIDERAR SIN TÍTULO)

- LIDERAR ES SIMPLEMENTE:
  - MOVER A OTROS HACIA UN OBJETIVO,
  - INSPIRAR,
  - APORTAR CLARIDAD,
  - PROPONER SOLUCIONES,
  - TOMAR INICIATIVA.

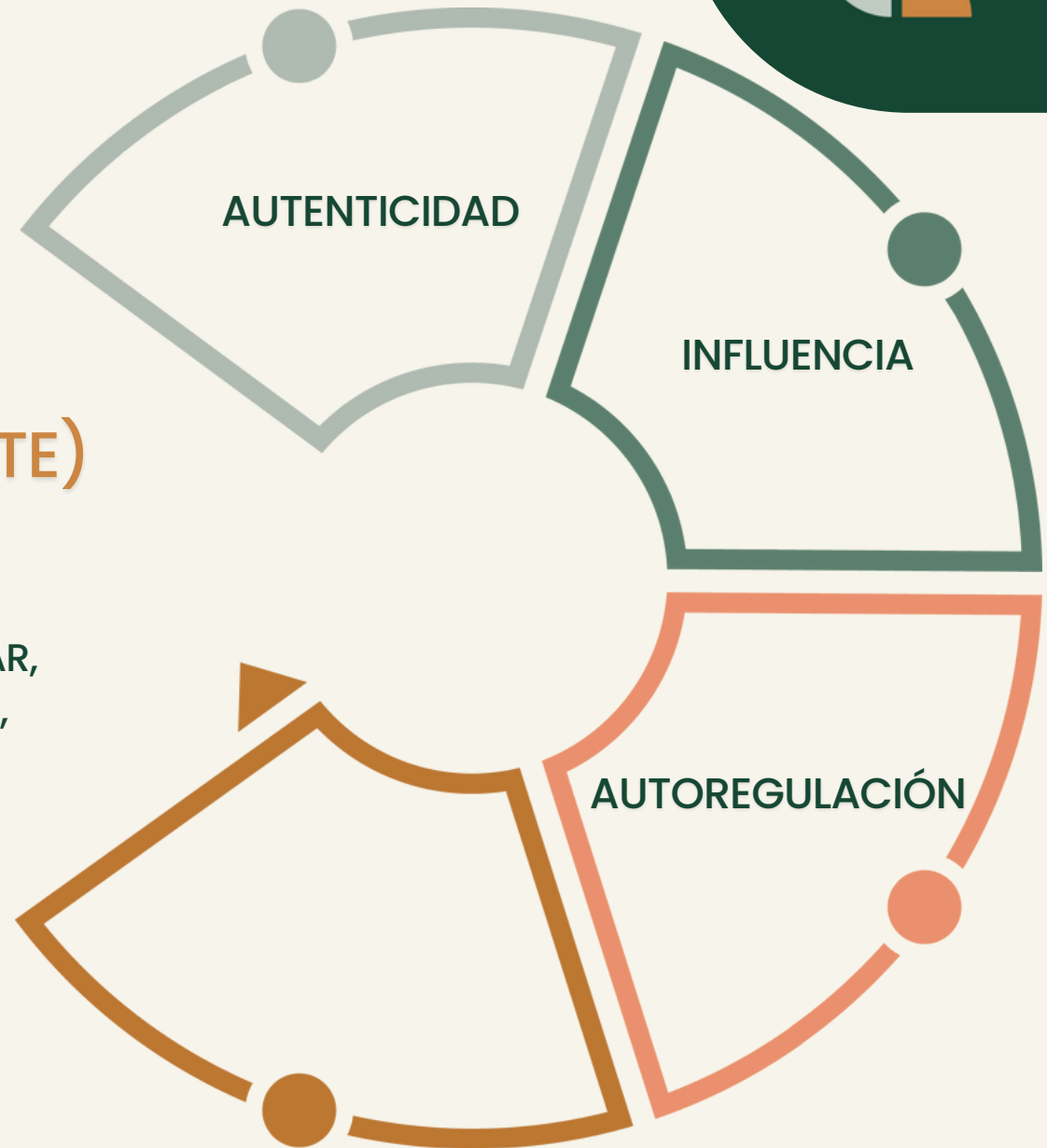
“LIDERAZGO NO ES UN PUESTO: ES UNA SERIE DE COMPORTAMIENTOS QUE CREAN MOVIMIENTO.”





### 3. AUTOREGULACIÓN (EL NÚCLEO DEL LIDERAZGO CONSCIENTE)

- DESDE LA PSICOLOGÍA:
  - MANEJO EMOCIONAL,
  - PAUSAR ANTES DE REACCIONAR,
  - COMUNICAR DESDE CLARIDAD,
  - ASUMIR RESPONSABILIDAD.



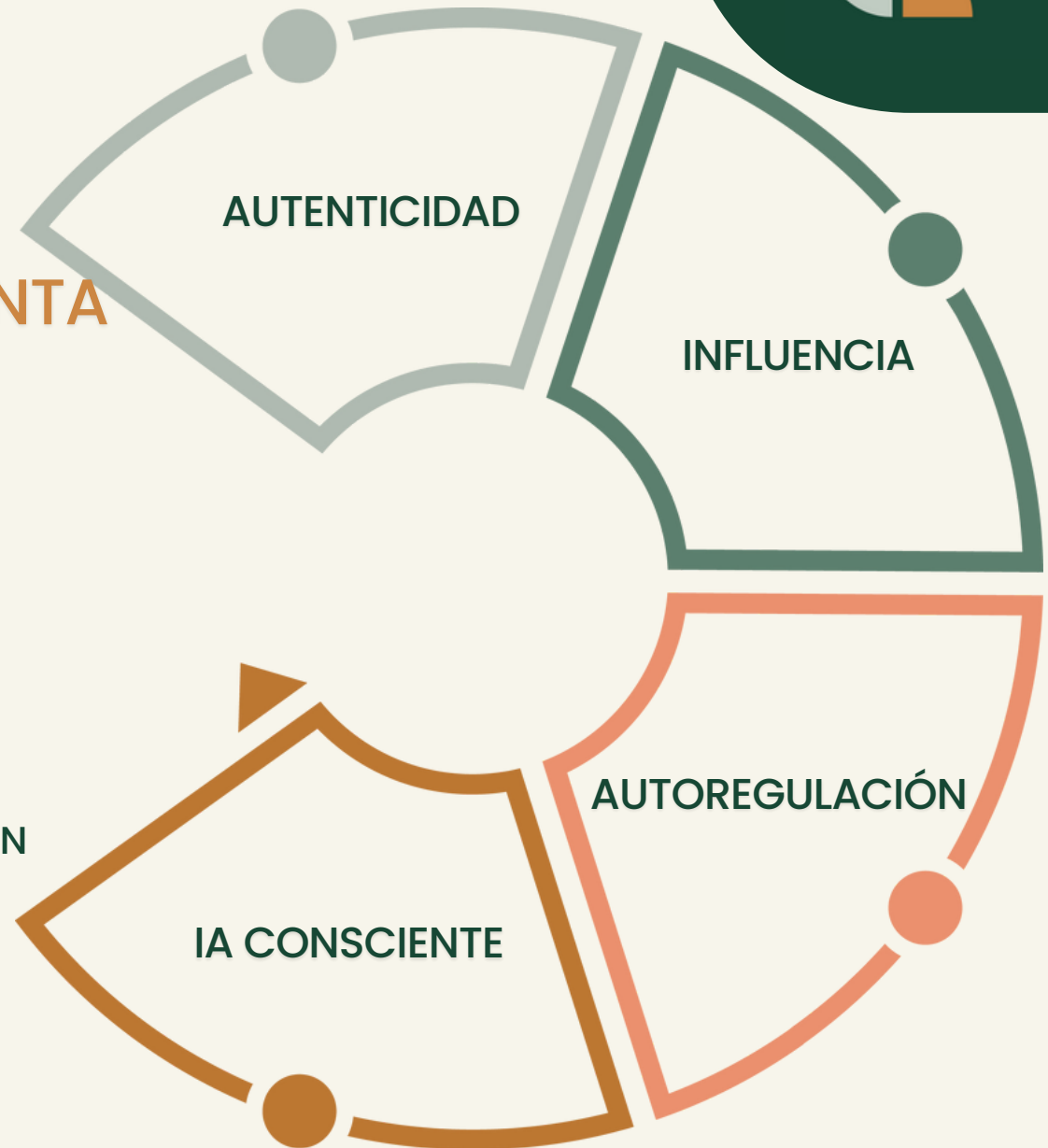


## 4. IA COMO HERRAMIENTA DE LIDERAZGO (TU MARCA ÚNICA)

“EN UNA ERA DONDE LA IA EXISTE, EL LIDERAZGO AUTÉNTICO ES MÁS IMPORTANTE QUE NUNCA.”

INCLUYE:

- IA PARA ORGANIZAR IDEAS
- IA PARA MEJORAR COMUNICACIÓN
- IA PARA AHORRAR TIEMPO Y ENFOCARTE EN LO HUMANO





# ¿CÓMO CREAR AMBIENTES SALUDABLES?





# ¿CÓMO CREAR AMBIENTES SALUDABLES?

(BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)

## MODELO





## MODELO: “LO QUE CONTROLO – CÓMO RESPONDO – CÓMO CONTRIBUYO”

| 1. Lo que controlo<br>(mi esfera de acción)                                                                                                                                                                                                                     | 2. Cómo respondo<br>(regulación emocional)                                                                                                                                                                                                                                                 | 3. Cómo contribuyo<br>(co-creación del clima)                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Mis reacciones</li><li>• Mi actitud</li><li>• Mi organización</li><li>• Mi comunicación</li><li>• Mis límites</li></ul> <p>Esto reduce ansiedad porque explica: no puedes controlar todo, pero sí manejar tu parte.</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ser consciente de mi estado antes de hablar</li><li>• No personalizar diferencias</li><li>• Validar las emociones de otros</li><li>• Crear espacios seguros de conversación</li></ul> <p>En la Psicología Organizacional<br/>→ Safety climate.</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ser puntual</li><li>• Cumplir lo prometido</li><li>• Mantener comunicación clara</li><li>• Ser parte de la solución, no del problema</li></ul> |



¿CÓMO MEJORAR MI  
BIENESTAR MIENTRAS  
ESTUDIO/TRABAJO?





# ¿CÓMO MEJORAR MI BIENESTAR MIENTRAS ESTUDIO/TRABAJO?

(BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)



MODELO



## MODELO: ENERGÍA + ORGANIZACIÓN + LÍMITES + HUMANIDAD

| Energía                                                                                                                                                | Organización                                                                                                                                                                    | Límites                                                                                                                                       | Humanidad                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Micro descansos</li><li>• Dormir</li><li>• Comer bien</li><li>• Hidratarse</li><li>• Mover el cuerpo</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• planificación semanal</li><li>• usar calendarios</li><li>• usar IA para organizar tareas</li><li>• separar bloques de enfoque</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• saber decir “no puedo ahora”</li><li>• evitar sobrecarga</li><li>• comunicar disponibilidad</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• no exigirse perfección</li><li>• permitirse fallar</li><li>• buscar apoyo</li></ul> |



¿CÓMO ESTAS DESTREZAS  
ME PREPARAN PARA MI  
CARRERA PROFESIONAL?





# ¿CÓMO ESTAS DESTREZAS ME PREPARAN PARA MI CARRERA PROFESIONAL?

(BASADO EN MI EXPERIENCIA + PI/O)

NETWORKING

PROFESIONALISMO

OPORTUNIDADES

IDENTIDAD





## MODELO: IDENTIDAD + OPORTUNIDADES + PROFESIONALISMO + NETWORKING

| Identidad                                                                                                                                         | Oportunidades                                                                                                                                                                                                                             | Profesionalismo                                                                                                                                                                                                                                      | Networking                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>“No tienes que esperar a graduarte para actuar como el profesional que quieres ser.”</p> <p>Esto es PI/O: professional identity formation.</p> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Prácticas</li><li>• Proyectos</li><li>• Investigación</li><li>• Asistencias</li><li>• Voluntariados</li><li>• Certificaciones</li><li>• Freelance</li><li>• Mini-experiencias laborales</li></ul> | <p>Todo lo que practicas hoy:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• comunicar</li><li>• liderar</li><li>• colaborar</li><li>• resolver problemas</li><li>• presentarte</li><li>• manejar estrés</li></ul> <p>Todo eso te hace contratable.</p> | <p>Tu título no limita tus oportunidades; tu mentalidad sí.</p> <p>El networking es la herramienta más poderosa pocos dominamos.</p> |



“LA MEJOR INVERSIÓN QUE PUEDES HACER  
ES CONVERTIRTE EN LA PERSONA CAPAZ  
DE SOSTENER EL FUTURO QUE DESEAS.”



# CONCLUSIÓN Y Q&A

**CONDUCTA ORGANIZACIONAL &  
ORGANIZATIONAL BEHAVIOR LLC**

(939) 237-6229 | (630) 277-9579

[carolyne@conductaorganizacional.com](mailto:carolyne@conductaorganizacional.com)

[www.organizationalbehaviorllc.com](http://www.organizationalbehaviorllc.com)

PUERTO RICO | ESTADOS UNIDOS



INSTAGRAM:

@CONDUCTAORGANIZACIONAL

@ORGANIZATIONALBEHAVIORLLC

@CAROLYNERODRIGUEZTORRES

