



“Emociones y su impacto en el **Ámbito Laboral**”



Ing. Oftaczuck Patricia
Coach Ontológica Profesional



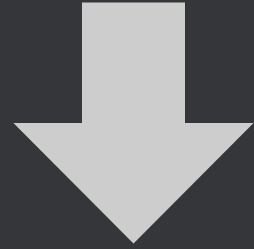
Ing. Huk Nicolás
Master en Coaching Ejecutivo y Liderazgo



Consciencia Corporal



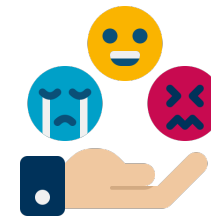
¿Para qué?



Problemática a resolver



- Observación
- Gestión Emocional
- Aplicación



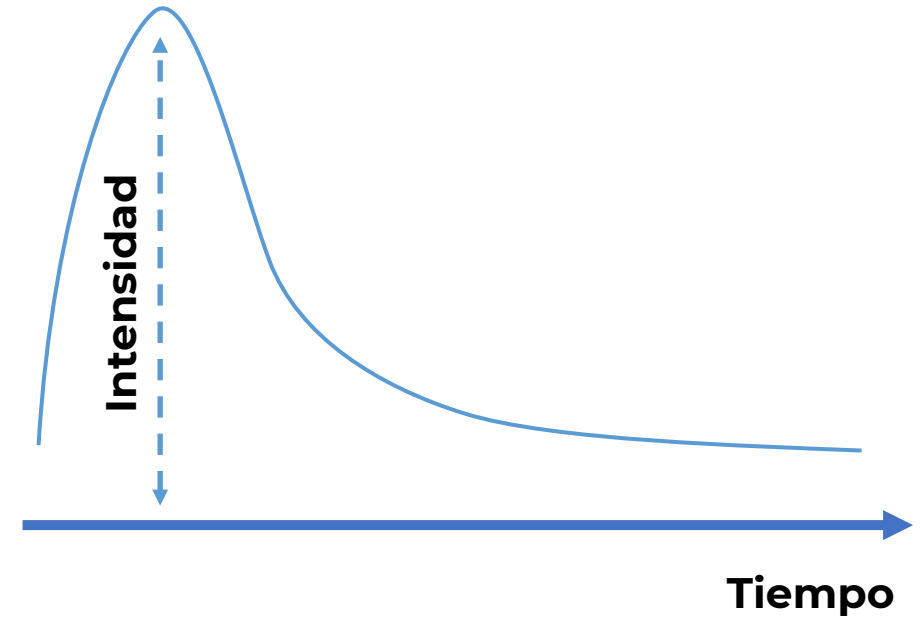
¿Qué es una emoción?



¿Cómo se genera una emoción?



- Emoción
- Sentimiento
- Estado de ánimo



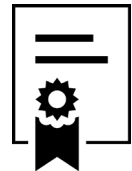
Estado de ánimo y su impacto en la organización



- Costos



- Eficiencia



- Calidad

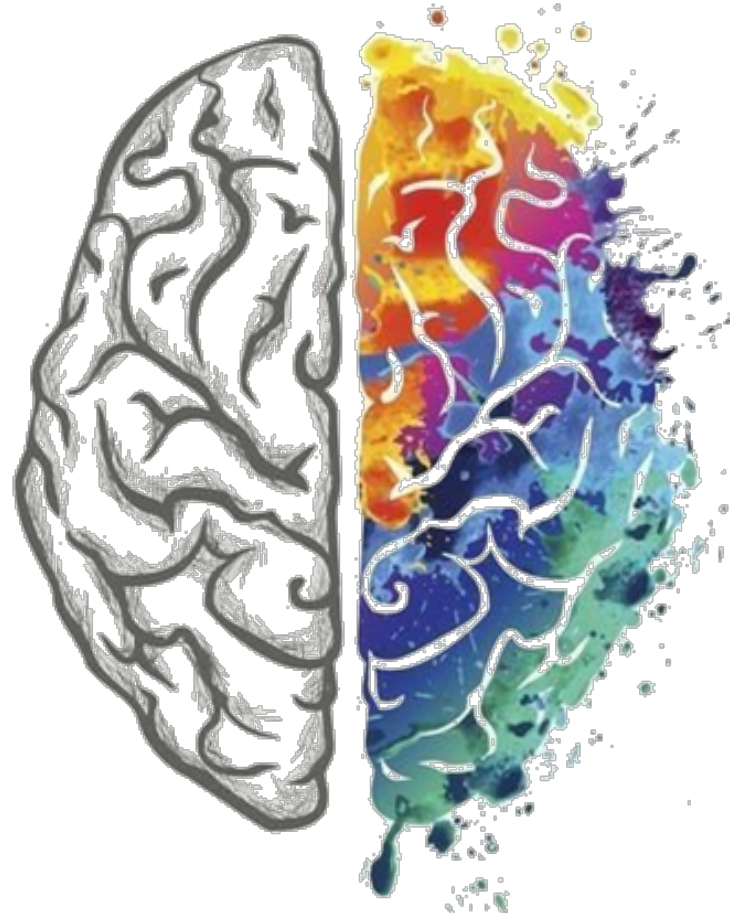


“La habilidad de hacer una pausa, y no actuar por el primer impulso, se ha vuelto un aprendizaje crucial en la vida diaria.”

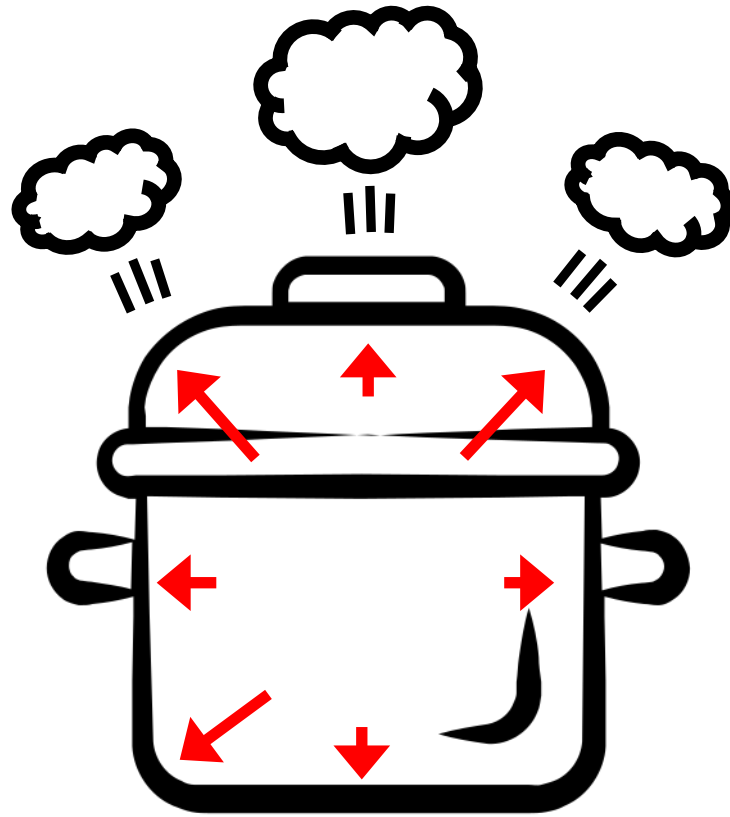
Daniel Goleman



Inteligencia Emocional



Gestión Emocional



Aplicación:

- Reconocer /Parar (ejercicio – meditar)
- Respirar hondo.
- Tomar agua.
- Evaluar la situación en calma.



Esto es un aprendizaje más:

+ Paciencia 

+ Constancia 

- Perfeccionismo 

- Exigencia 





“Emociones y su impacto en el **Ámbito Laboral**”

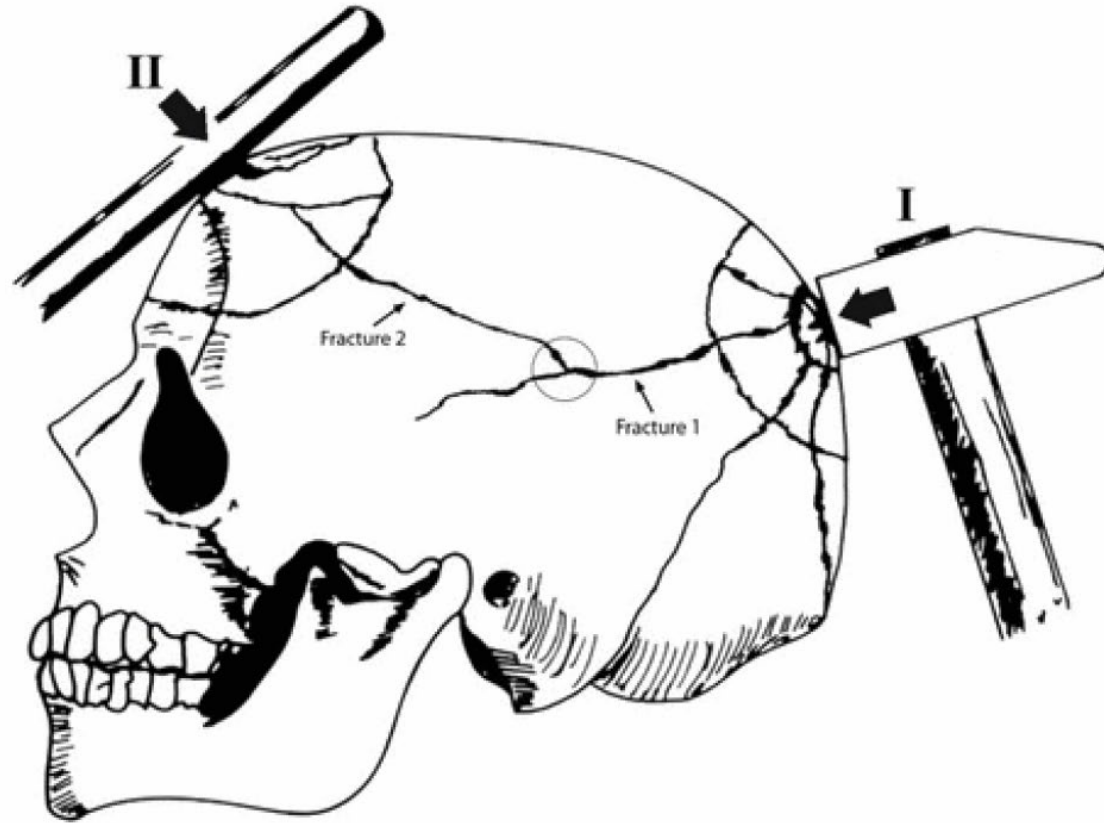


Ing. Oftaczuck Patricia
Coach Ontológica Profesional

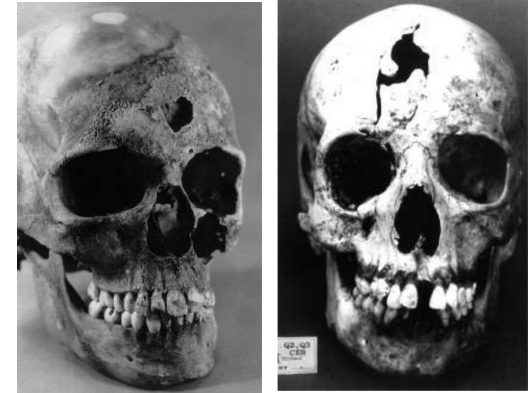


Ing. Huk Nicolás
Master en Coaching Ejecutivo y Liderazgo

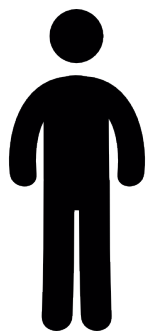
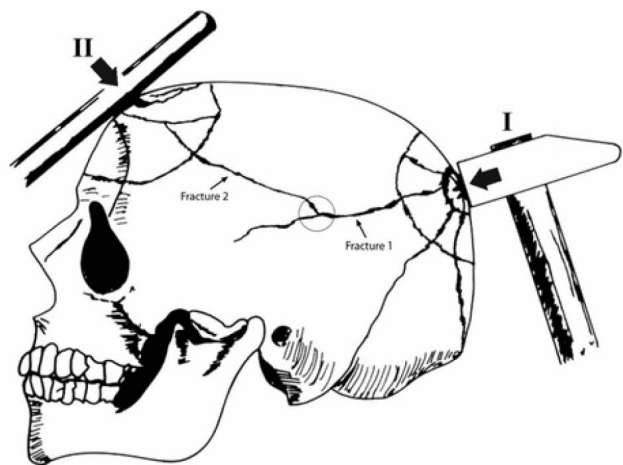
Hace 10.000 años:



https://elpais.com/elpais/2016/01/20/ciencia/1453311077_947441.html

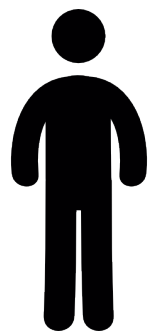
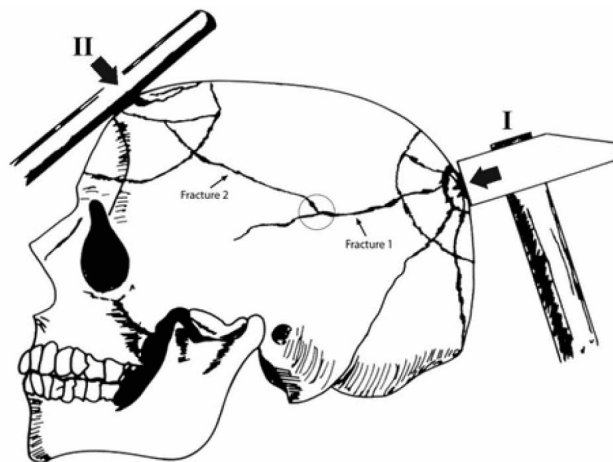


Hace 10.000 años:



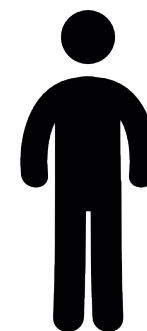
7 de c/ 10

Hace 600 años:



1 de c/ 10

Hoy:



1 de c/ 18.700

<https://datosmacro.expansion.com/demografia/homicidios/argentina>





Violencia



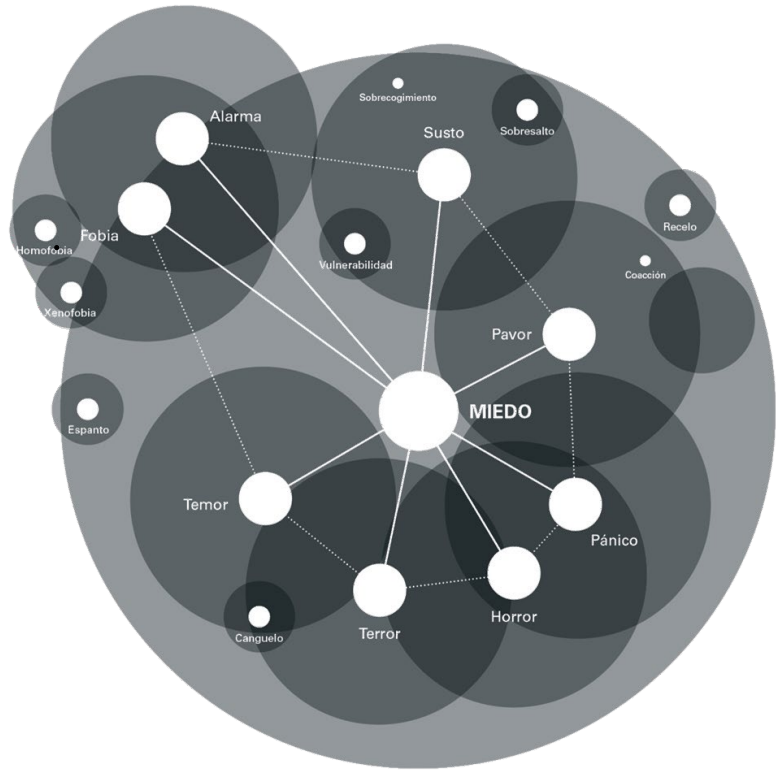


Todos tenemos
derecho a estar
enojados y a sacar
nuestra rabia de
alguna forma, pero
no estamos
autorizados a agredir
a nadie...



¿Por qué creemos que saber de emociones es importante?





Miedo

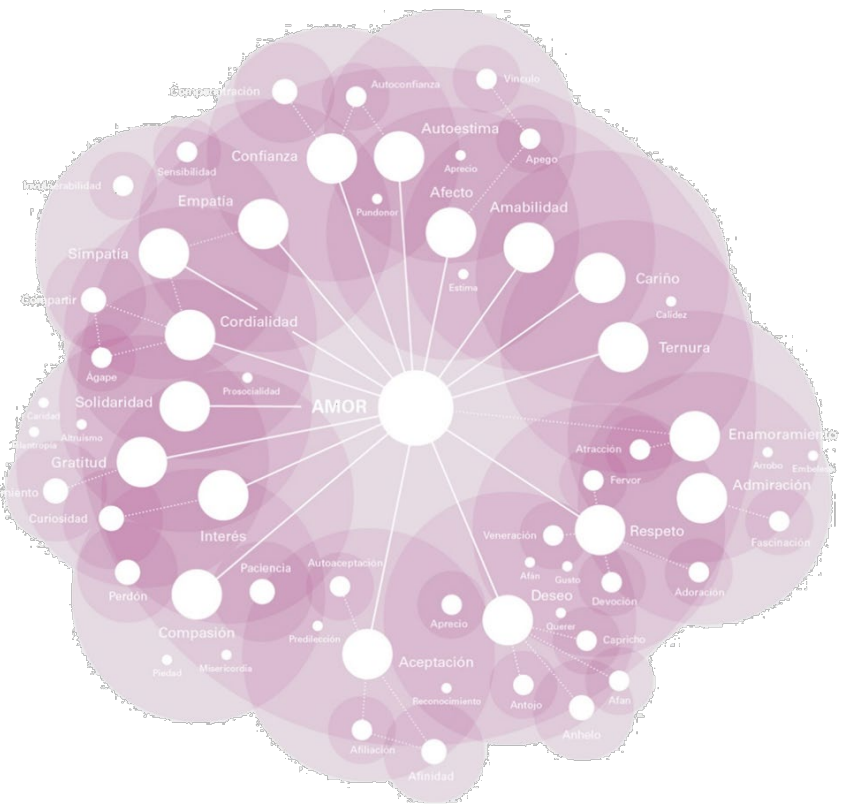


Tristeza

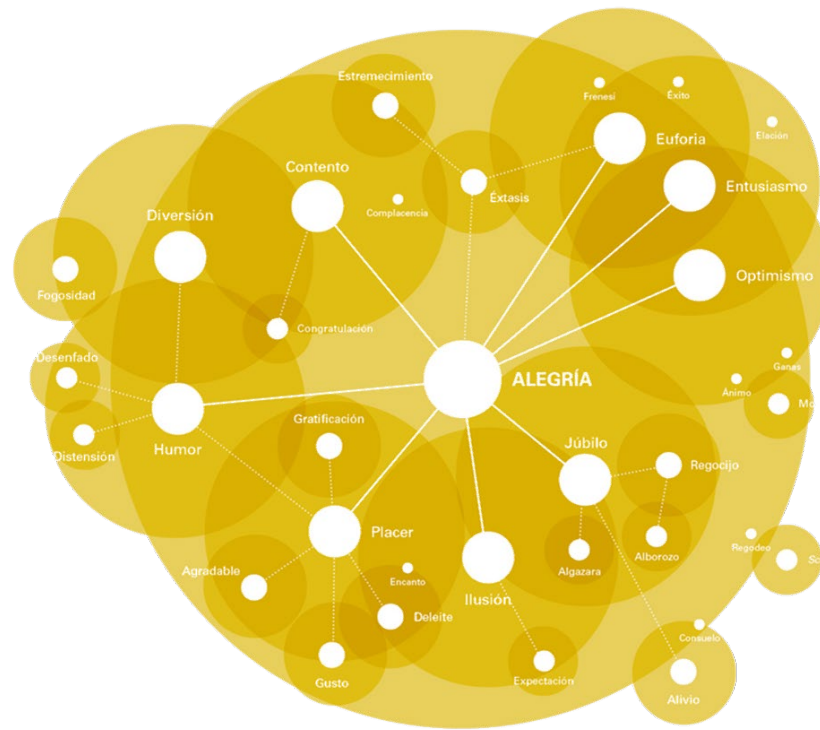


Ira

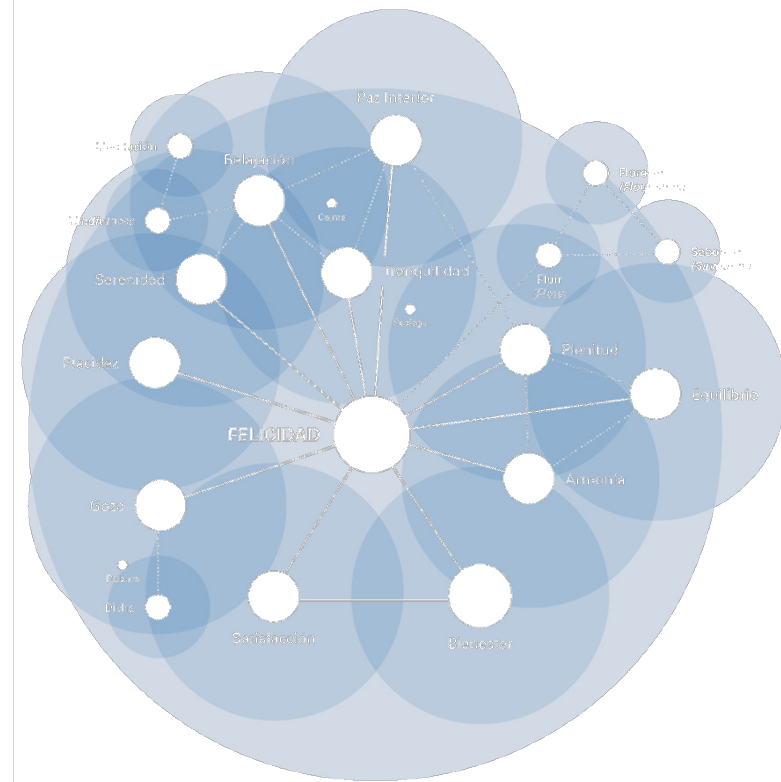




Amor



Alegría

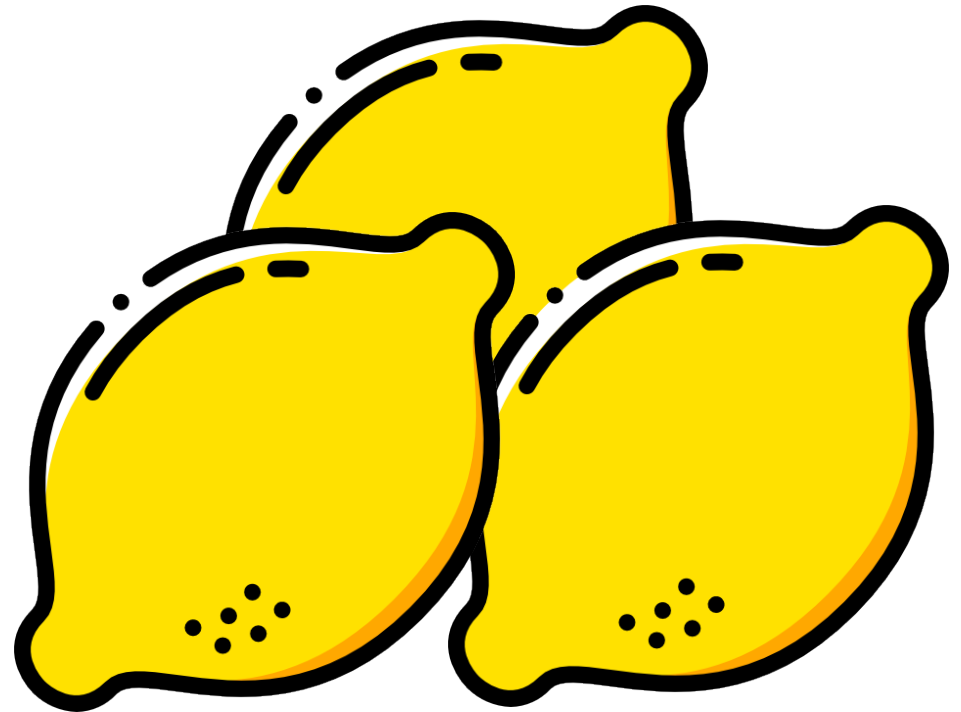
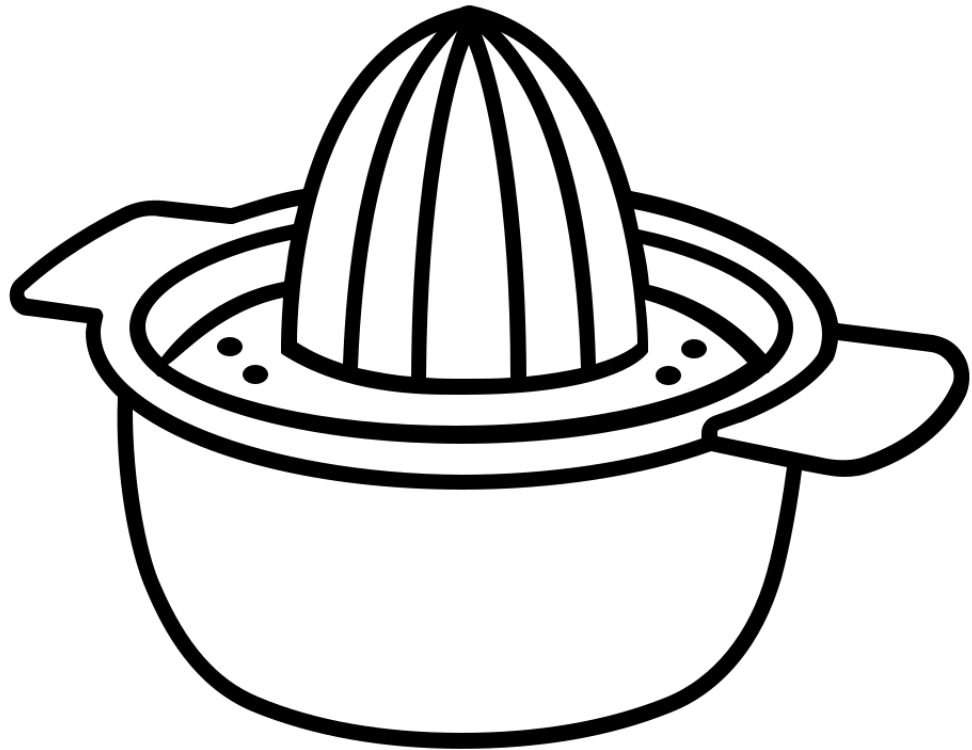


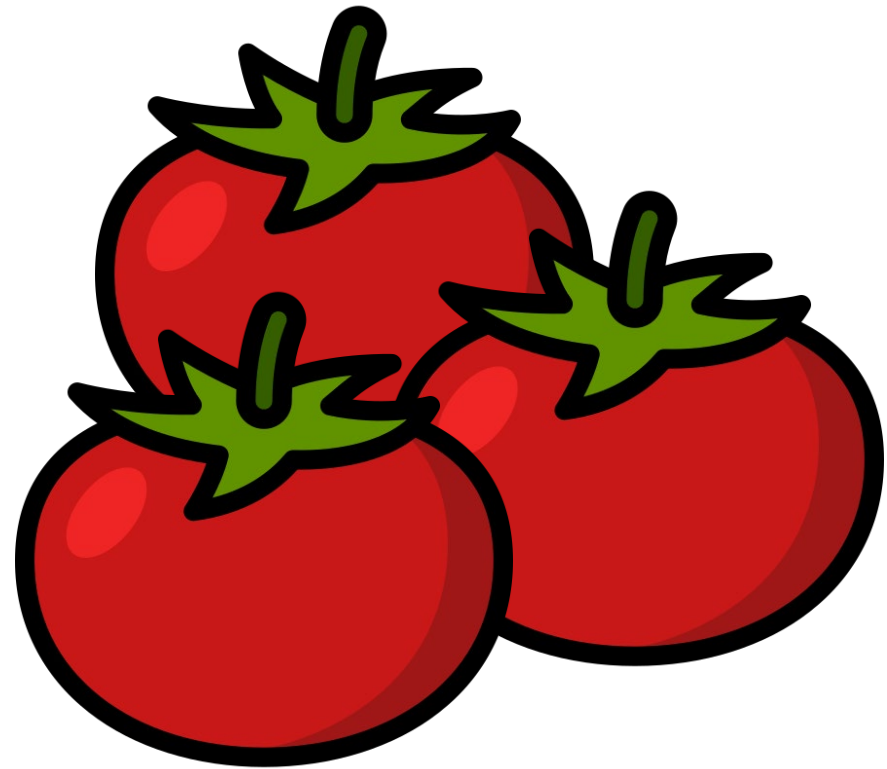
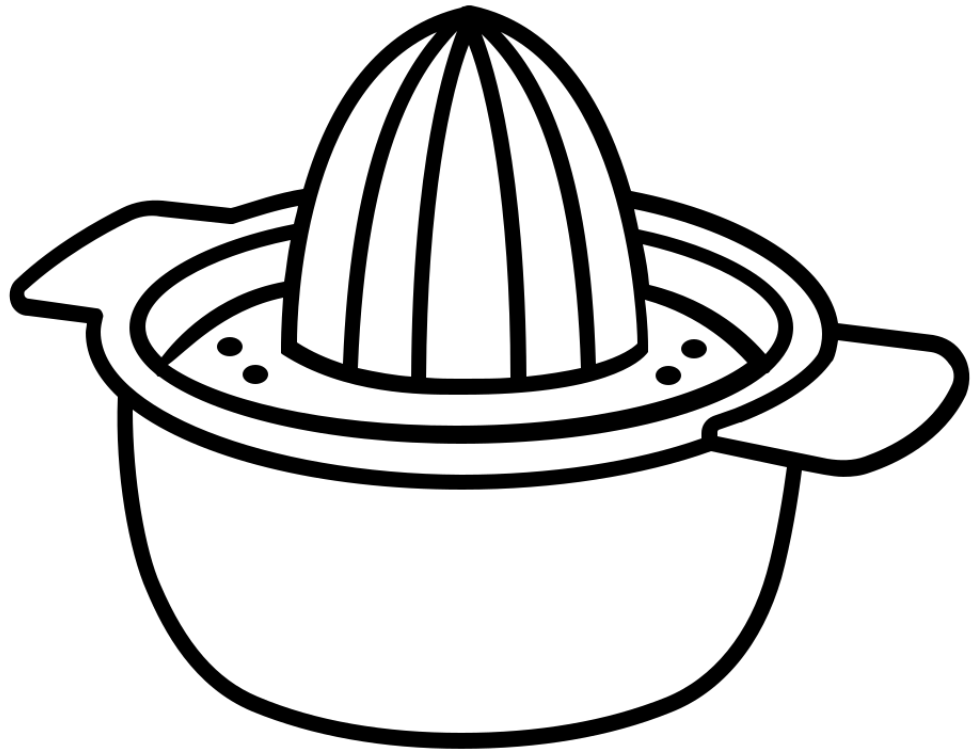
Felicidad

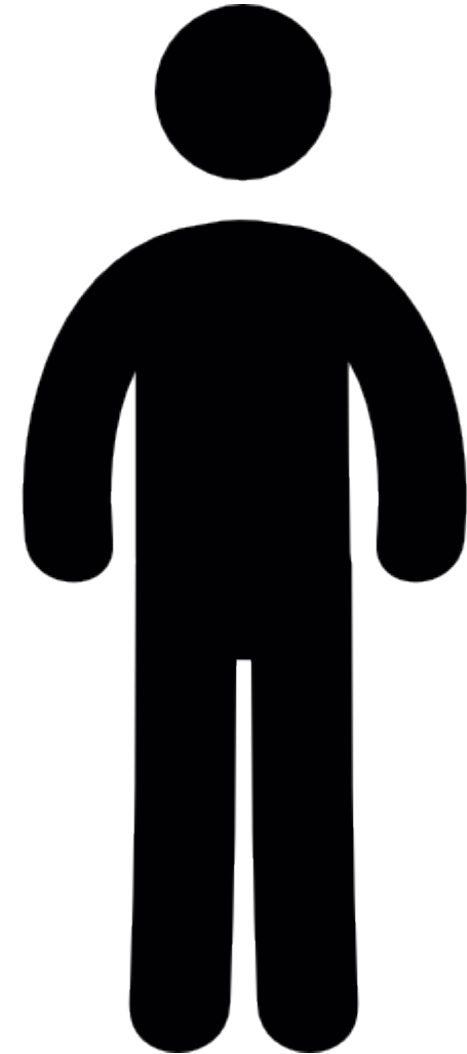
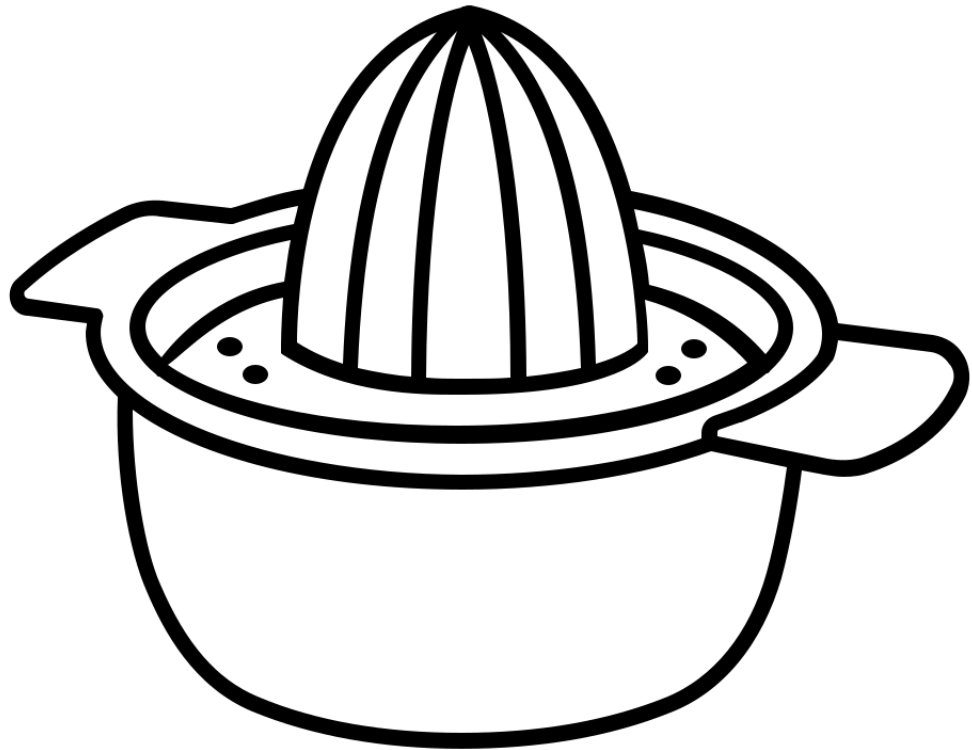


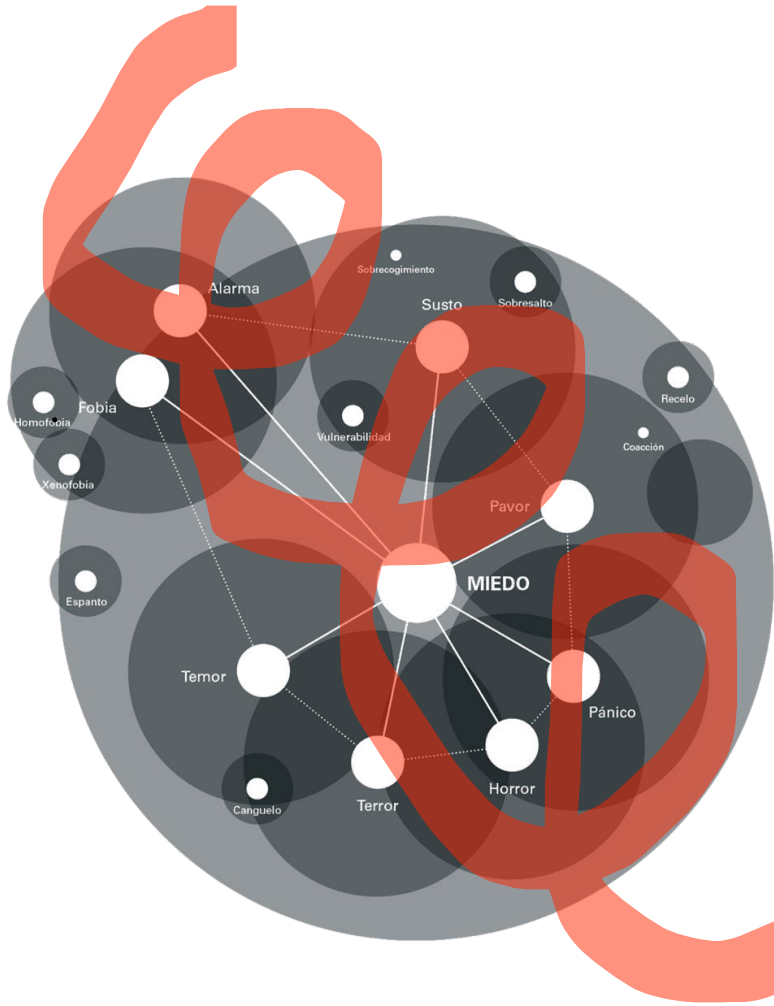
¿Cómo puedo comenzar a entrenarme en competencias emocionales?



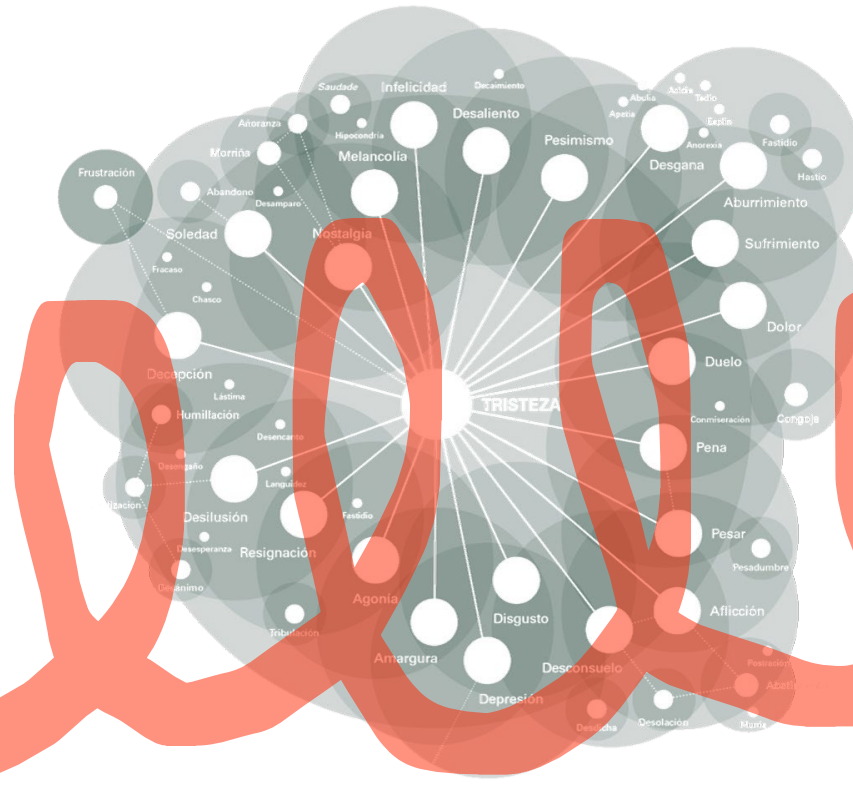




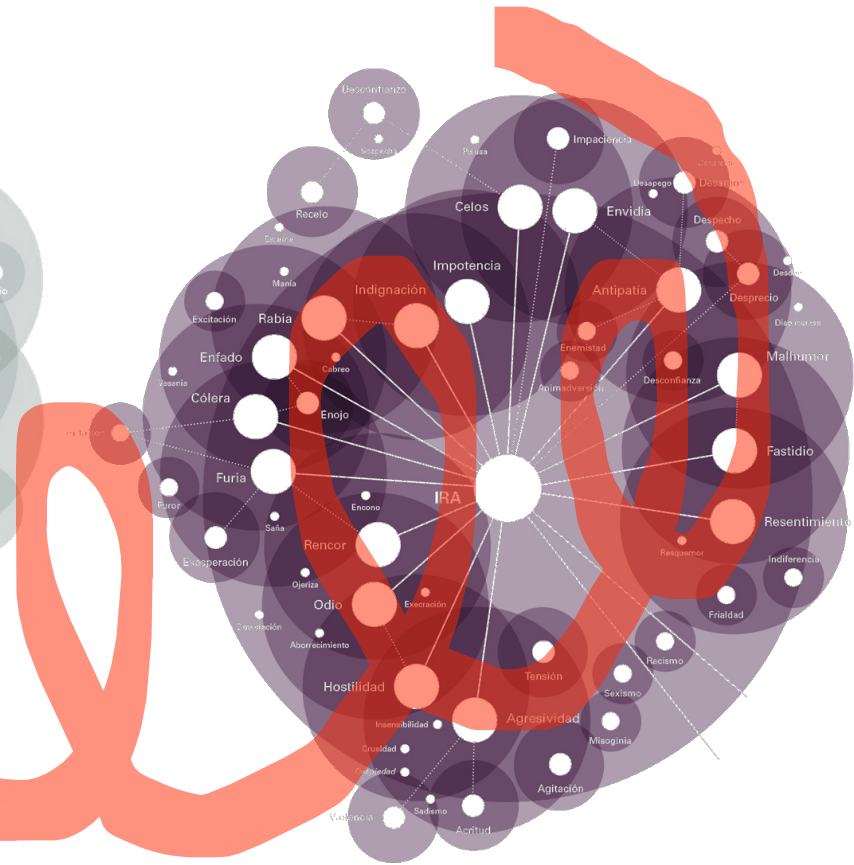




Miedo



Tristeza



Ira





¿De que hablamos cuando
hablamos de Soft Skills?



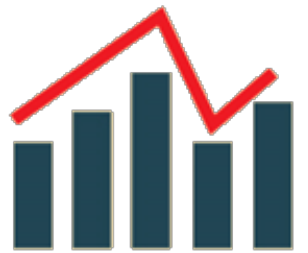
Tiene que ver con:

- como interactúo con colegas.
- como trabajo en equipo.
- como resuelvo problemas.
- como administro mi tiempo y mis tareas.
- como me comunico.
- cual es mi nivel de escucha.
- como gestiono cambios.



Volatility - **U**ncertainty - **C**omplexity - **A**mbiguity

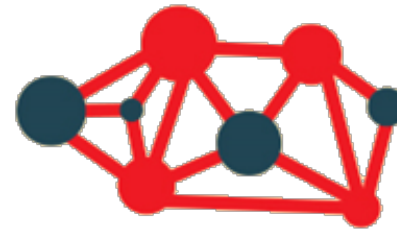
ENTORNO VUCA



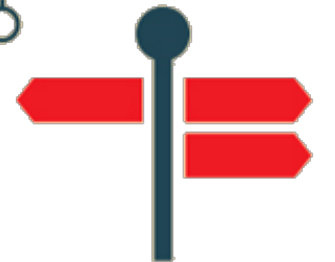
VOLATILIDAD



INCERTIDUMBRE



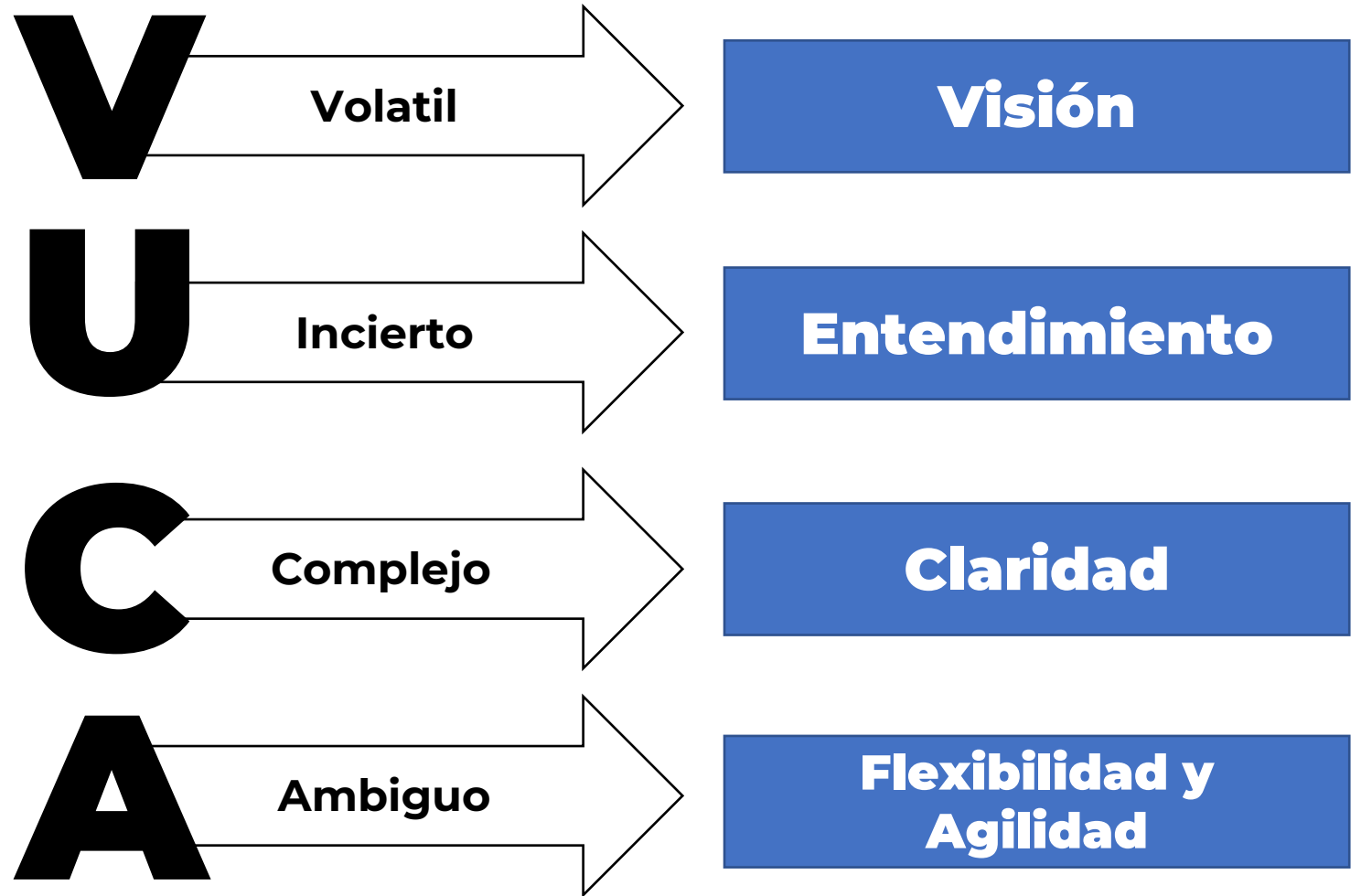
COMPLEJIDAD



AMBIGÜEDAD



¿Cómo abordar
este entorno?

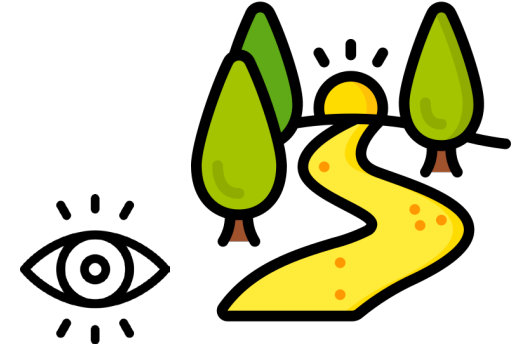
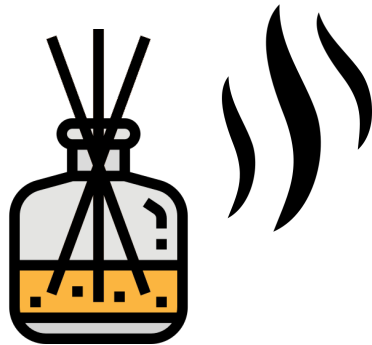
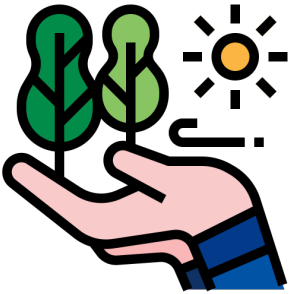
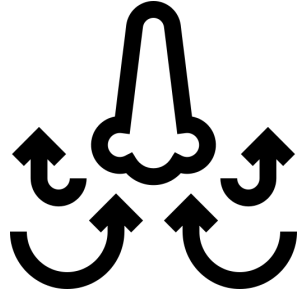


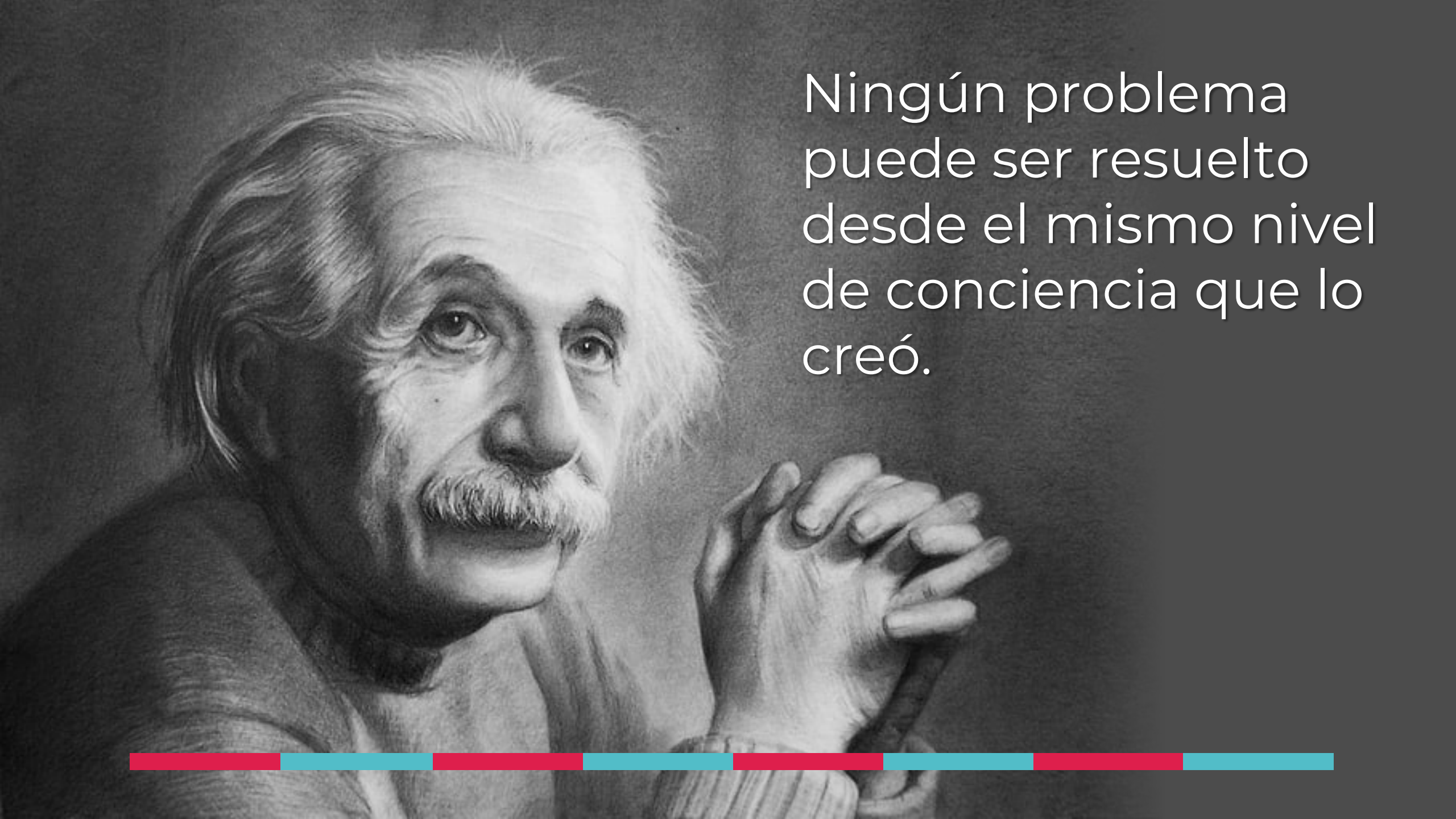
¿Cómo nos preparamos para el cambio?



¿De que herramientas dispongo
para diseñar
emociones funcionales?

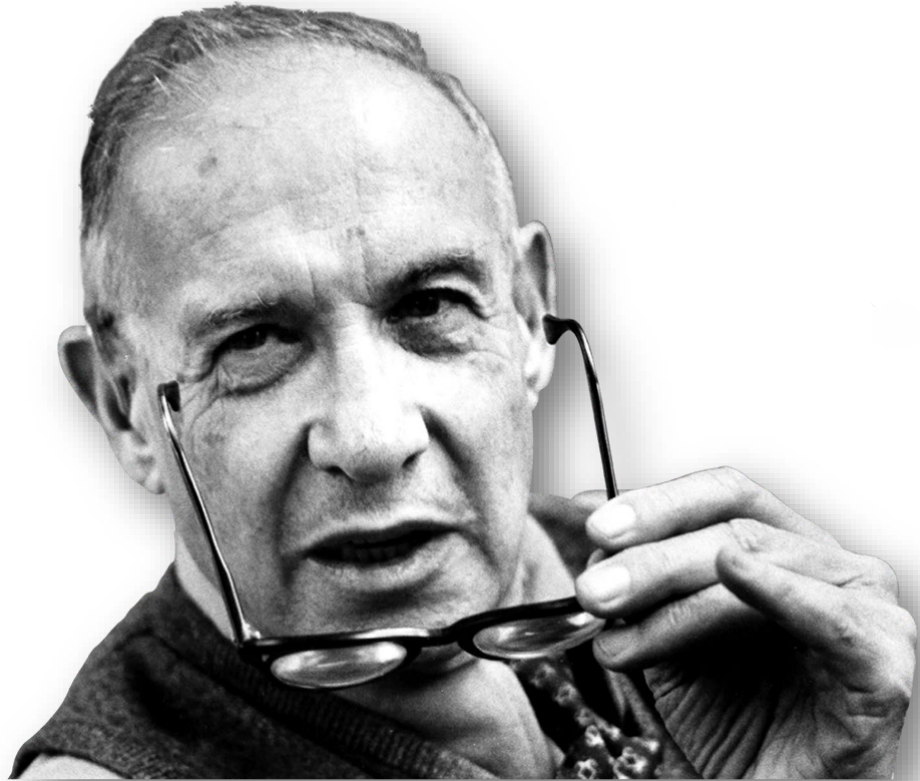




A black and white portrait of Albert Einstein, showing him from the chest up. He has his characteristic wild, white hair and a mustache. His hands are clasped together in front of him, resting on a surface. The background is a dark, neutral tone.

Ningún problema
puede ser resuelto
desde el mismo nivel
de conciencia que lo
creó.





Lo que no se puede medir, no
se puede controlar.

Lo que no se puede controlar,
no se puede gestionar.

Lo que no se puede gestionar,
no se puede mejorar.

Peter F. Drucker





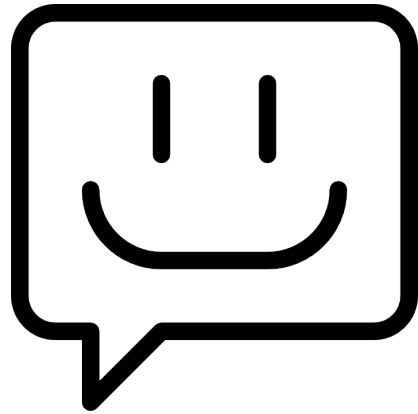
NO BASTA con saber o tener
buenas herramientas...

Es necesario que el usuario
quiera aplicarlas.



Fredy Kofman.





MUCHAS GRACIAS

