

Taller sobre herramientas de inteligencia emocional y coaching

Expositora

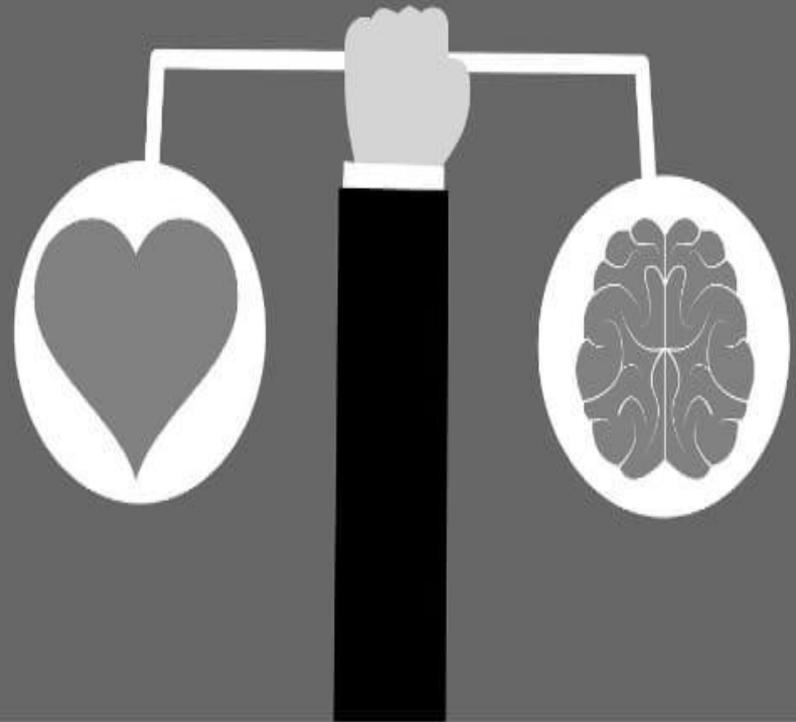
Claudia Katok



Plataforma Zoom y
canal de Youtube del CFJ



19 de agosto de 2020
de 15.00 a 17.30



INTELIGENCIA EMOCIONAL

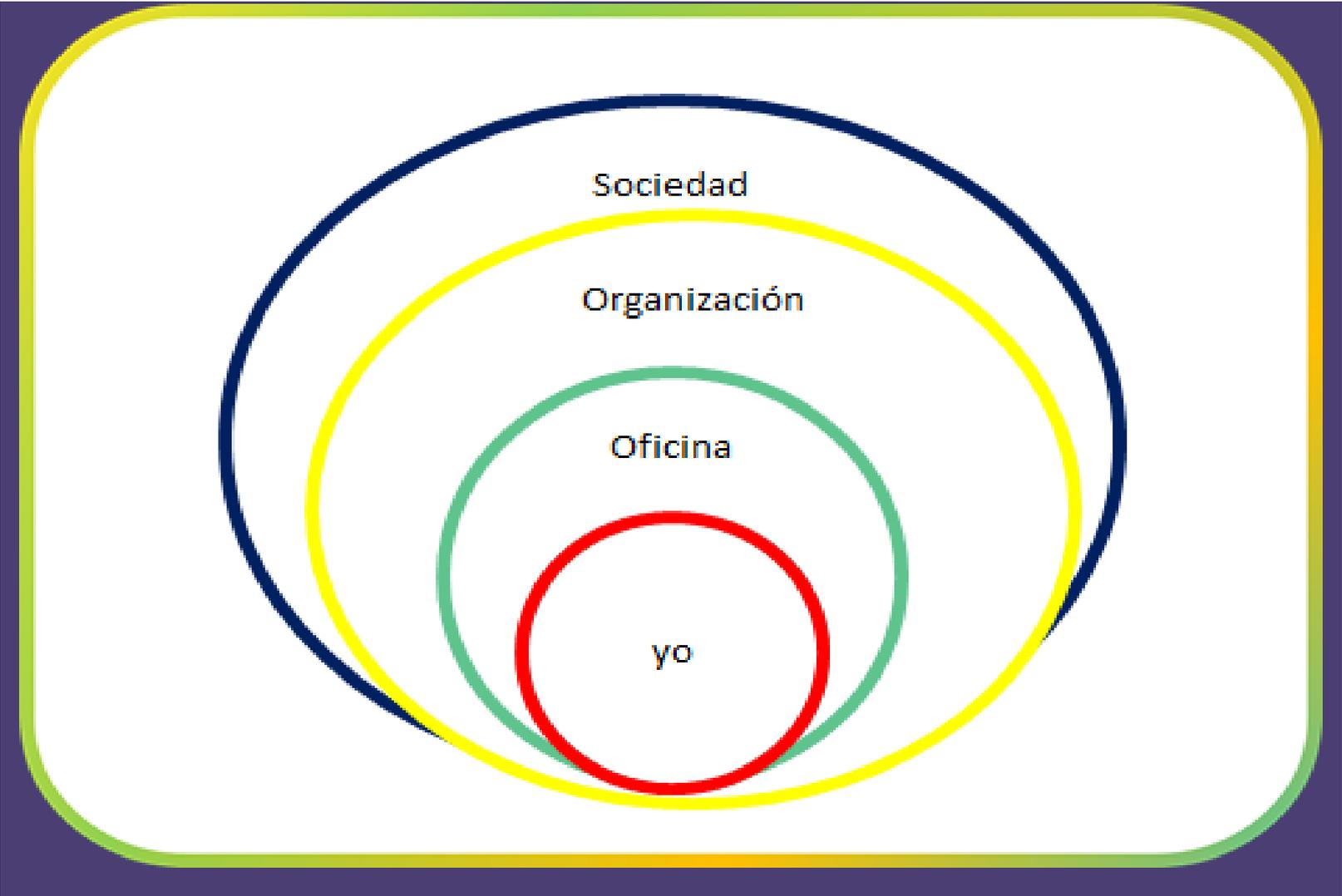
- *Auto motivarnos*
- *Preservar ante frustraciones*
- *Controlar impulsos*
- *Diferir gratificaciones*
- *Empatizar con otros*

Daniel Goleman, *Inteligencia Emocional*.

	Intrapersonal (propio)	Interpersonal (otros)
(Re) conocimiento	Conocimiento de las propias emociones	Empatía: Conocimiento de las emociones ajenas
Gestión	Controlar las emociones Capacidad de auto motivarse	Control de las relaciones

"El coaching profesional se fundamenta en una asociación con clientes en un proceso de acompañamiento reflexivo y creativo que les inspira a maximizar su potencial personal y profesional»

ICF



VUCA



VOLATILIDAD



INCERTIDUMBRE



COMPLEJIDAD

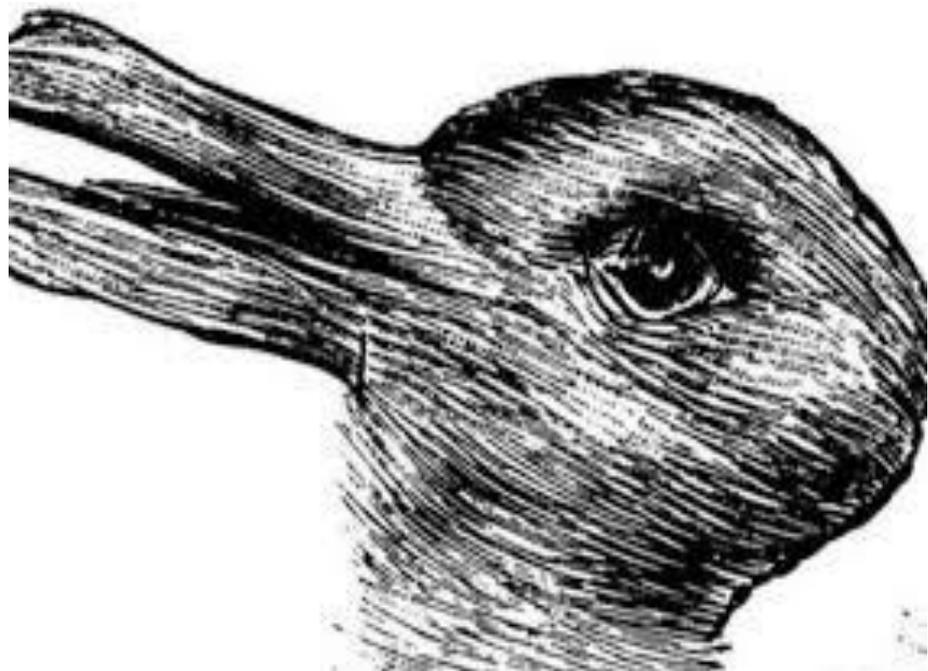


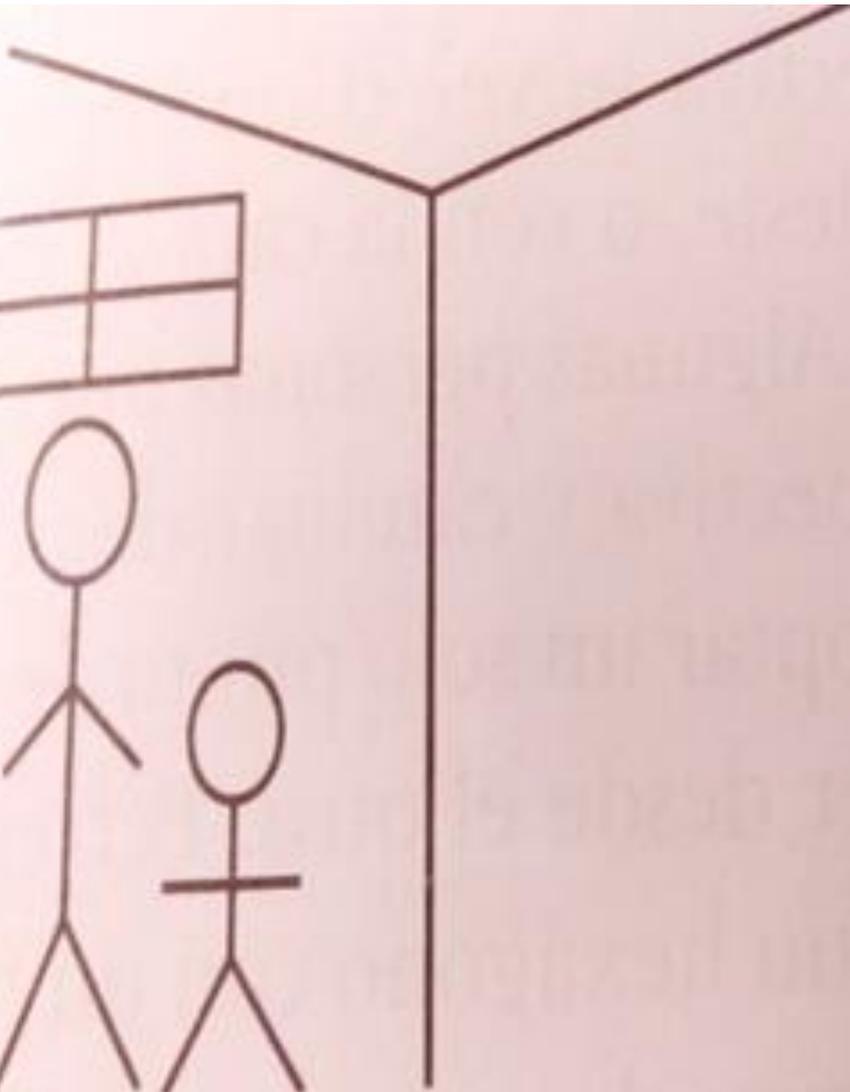
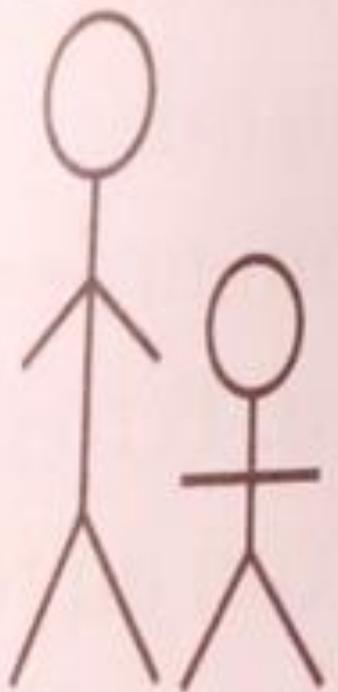
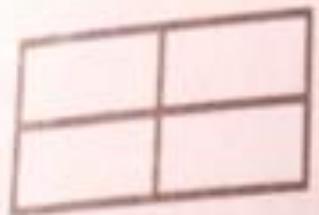
AMBIGÜEDAD

<https://www.experta.com.ar/blogg/mundo-vuca/#:~:text=Cerca%20de%20tu%20Negocio-%2005/06/2019>

“Siempre se hizo así...”







AFIRMACIONES

JUICIOS

Impulsores de la felicidad

Desafíos de la felicidad

«Lo importante será lidiar con el cambio, aprender cosas nuevas y preservar el equilibrio mental en situaciones desconocidas»

Yuval N. Harari, 2018