

Visión y Compromiso



Inteligencia Emocional y
Sociedad.

Fabiola Freire A.
Académica, Coach y Asesora
Octubre 2021



Recorrido del Seminario de hoy...

- Viaje en el tiempo.
- Lo único permanente, es el cambio.
- Lo más valioso que tenemos, son nuestras emociones.

¿Qué edad tienes hoy?

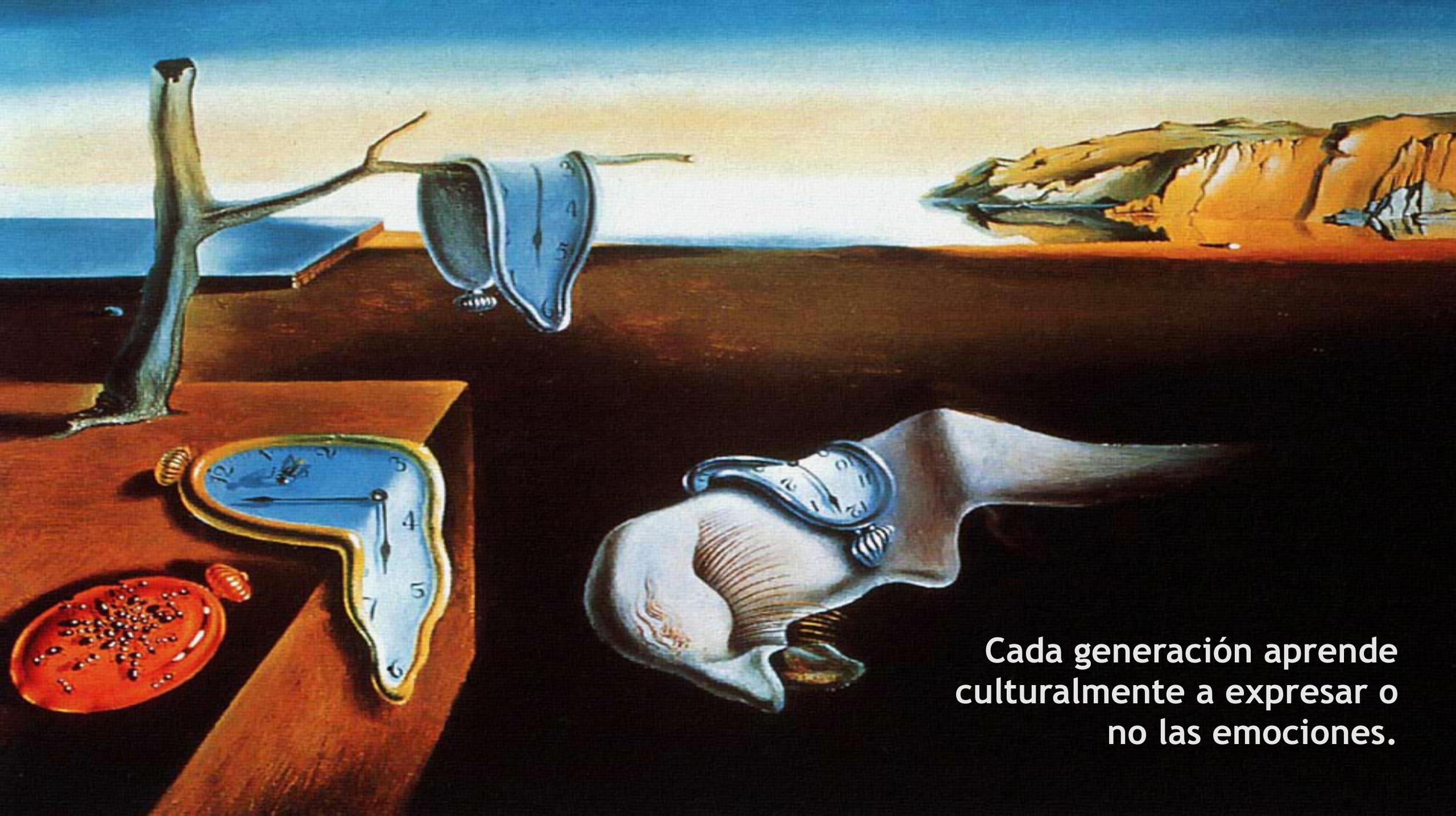
<https://www.menti.com/q6kob7ua1j>



Calentando motores...



¿De qué edad te sientes hoy?



Cada generación aprende culturalmente a expresar o no las emociones.



Viaje en el tiempo...

*Abuelita
¿Cuántos
años
tienes tú?*





Transportes...



*Medios de
comunicación...*





Viaje en el tiempo...

*Abuelita
ya sé
cuántos
años
tienes...*





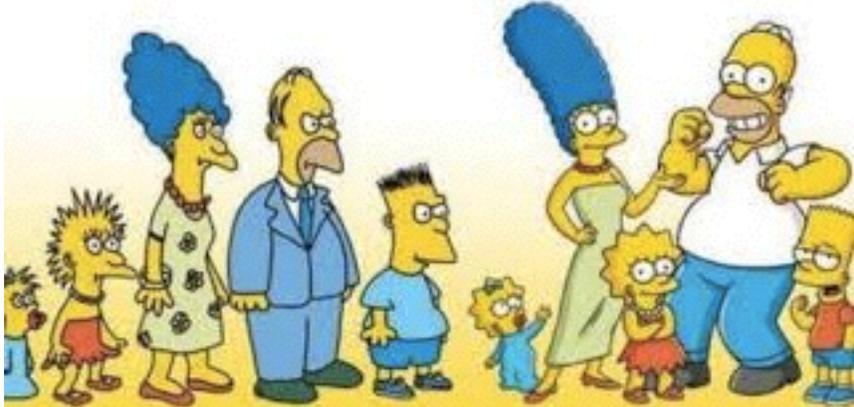
No sabía que
eras tan viejita
abuelita....



Tienes **895** años



Lo único permanente, es el cambio.

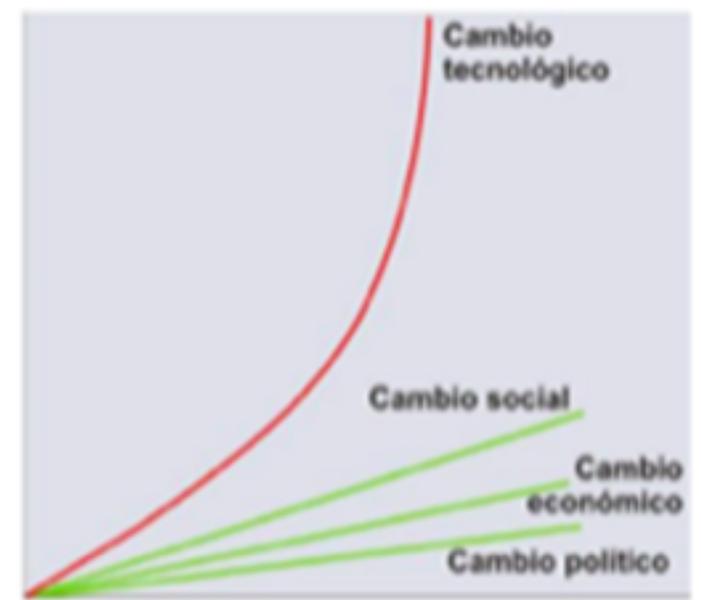


EL CAMBIO HOY ES
EXPONENCIAL

CAMBIO

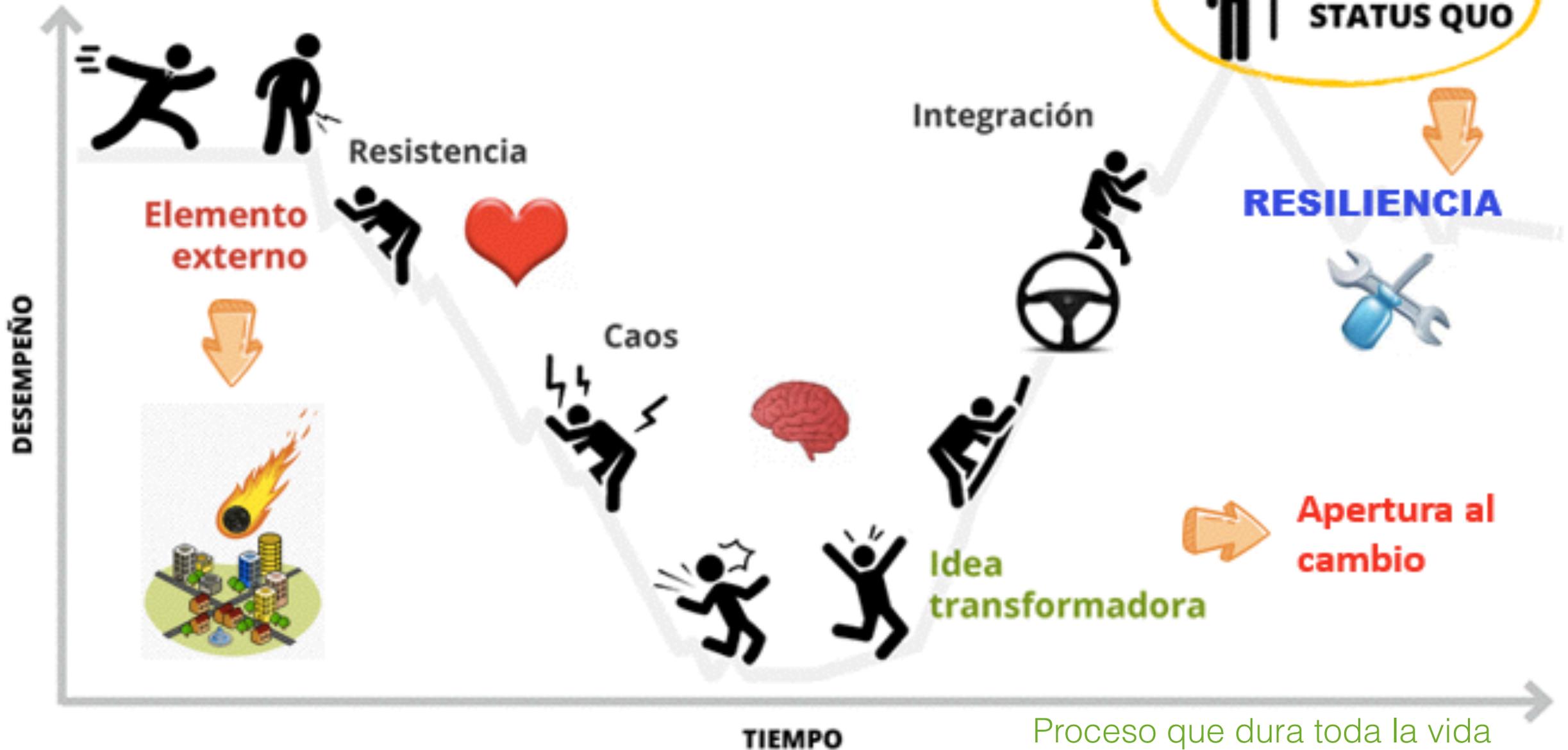


TIEMPO



Zona de confort
VIEJO STATUS QUO

El proceso de cambio





¿En qué mundo vivimos hoy?

Mundo sólido

mundo líquida



Mundo sólido

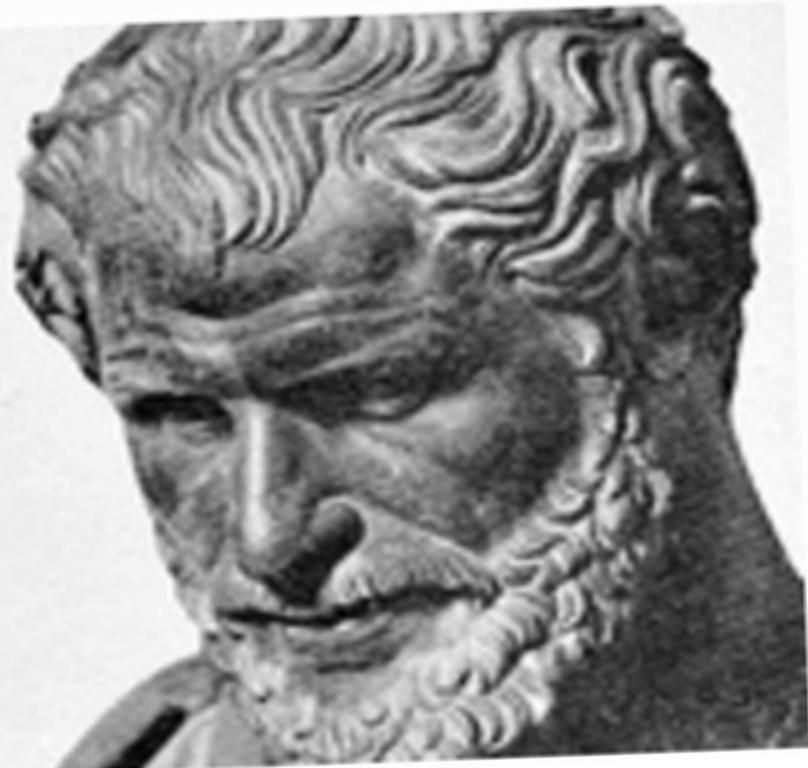


- No hay espacio para las emociones.
- Las instituciones son indestructibles e incuestionables.
- Los cambios son lentos.

mundo líquido

Todo fluye.
Todo está en movimiento
y nada dura eternamente.
Por eso no podemos
descender dos veces al mismo
río, pues cuando desciendo
al río por segunda vez, ni yo
ni el río somos los mismos.

Heráclito



mundo líquido

- Las emociones nos guían.
- Las instituciones mueren.
- Los cambios son muy rápidos.



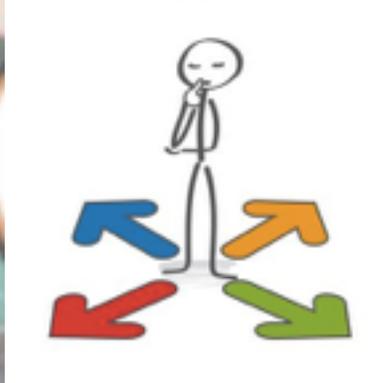
PREPARARSE PARA EL

CAMBIO Y **SABER**

CUANDO CAMBIAR

<https://www.menti.com/dpcm2nrge3>

¿Estamos preparados para el mundo líquido de hoy?





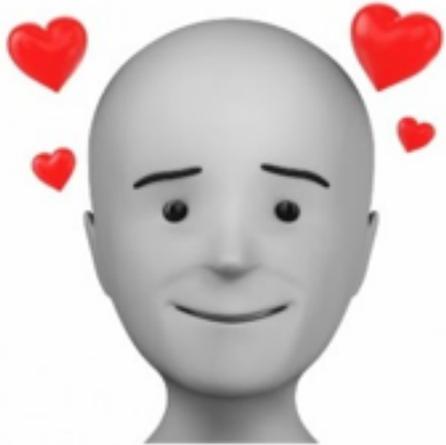
Lo más valioso que tenemos, son nuestras emociones.

Hablar de inteligencia emocional, es hablar de...

EMOCIONES.



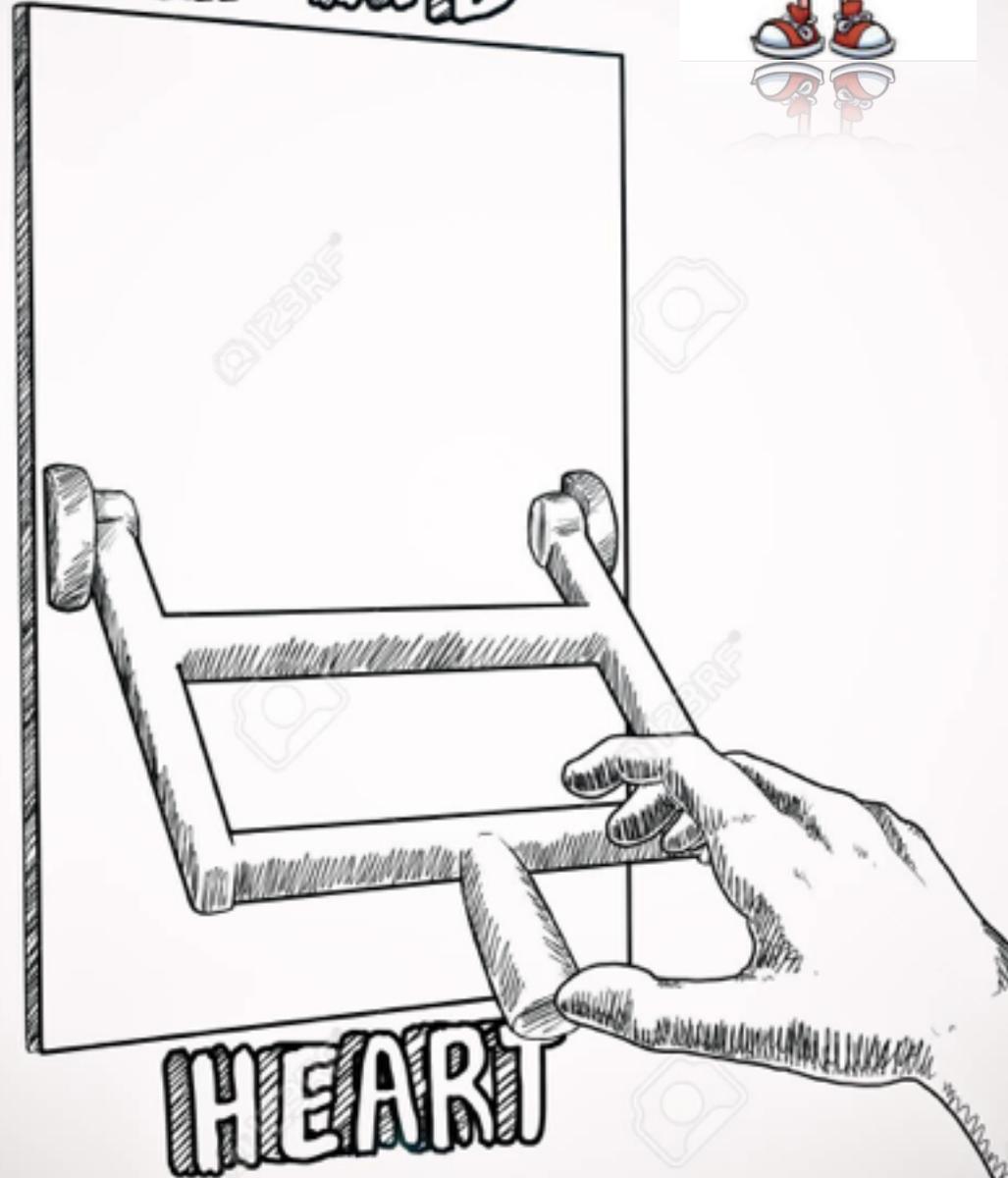
¿Útil o inútil?



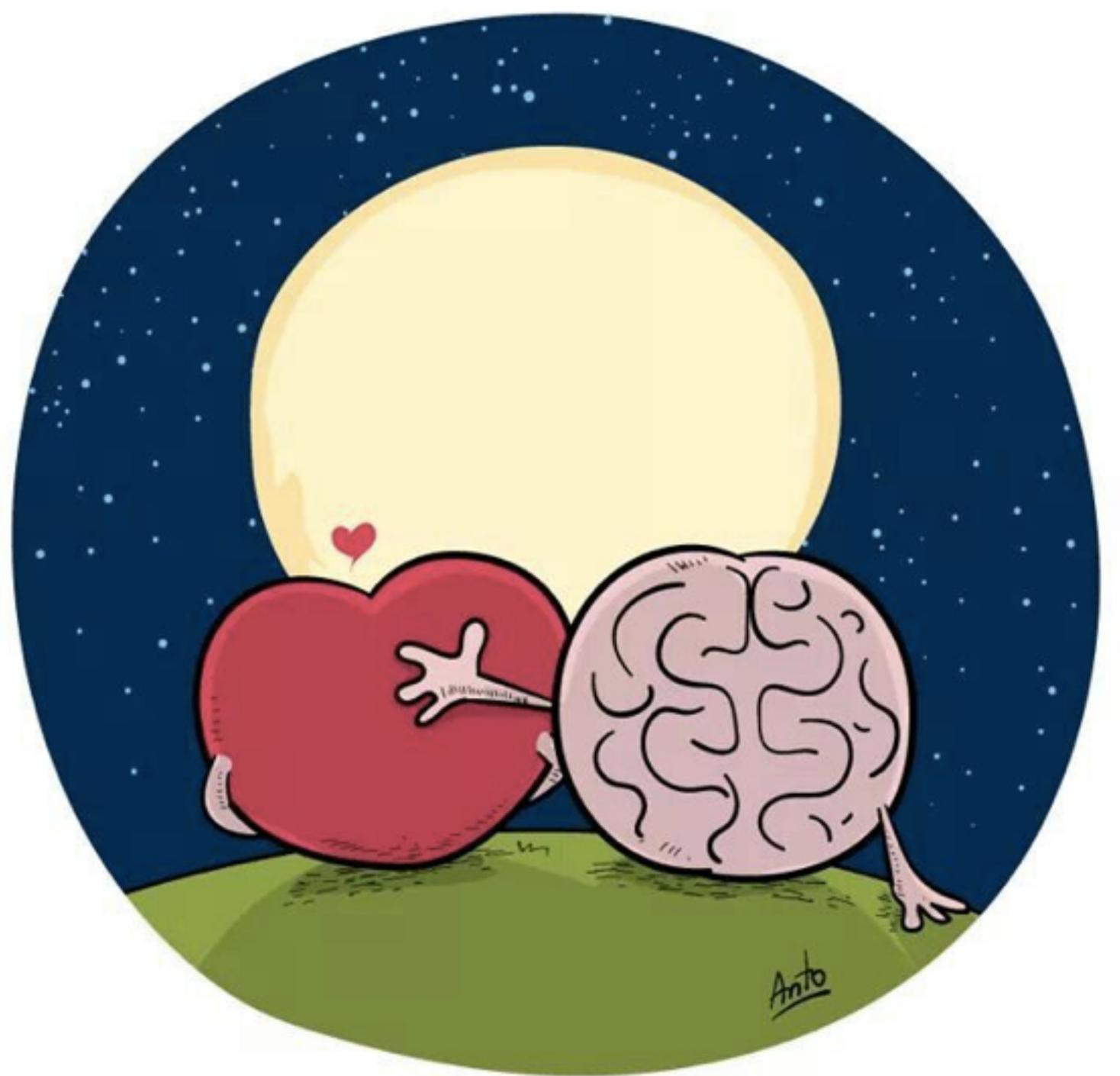
Expresar, conocer y
gestionar nuestras
emociones.

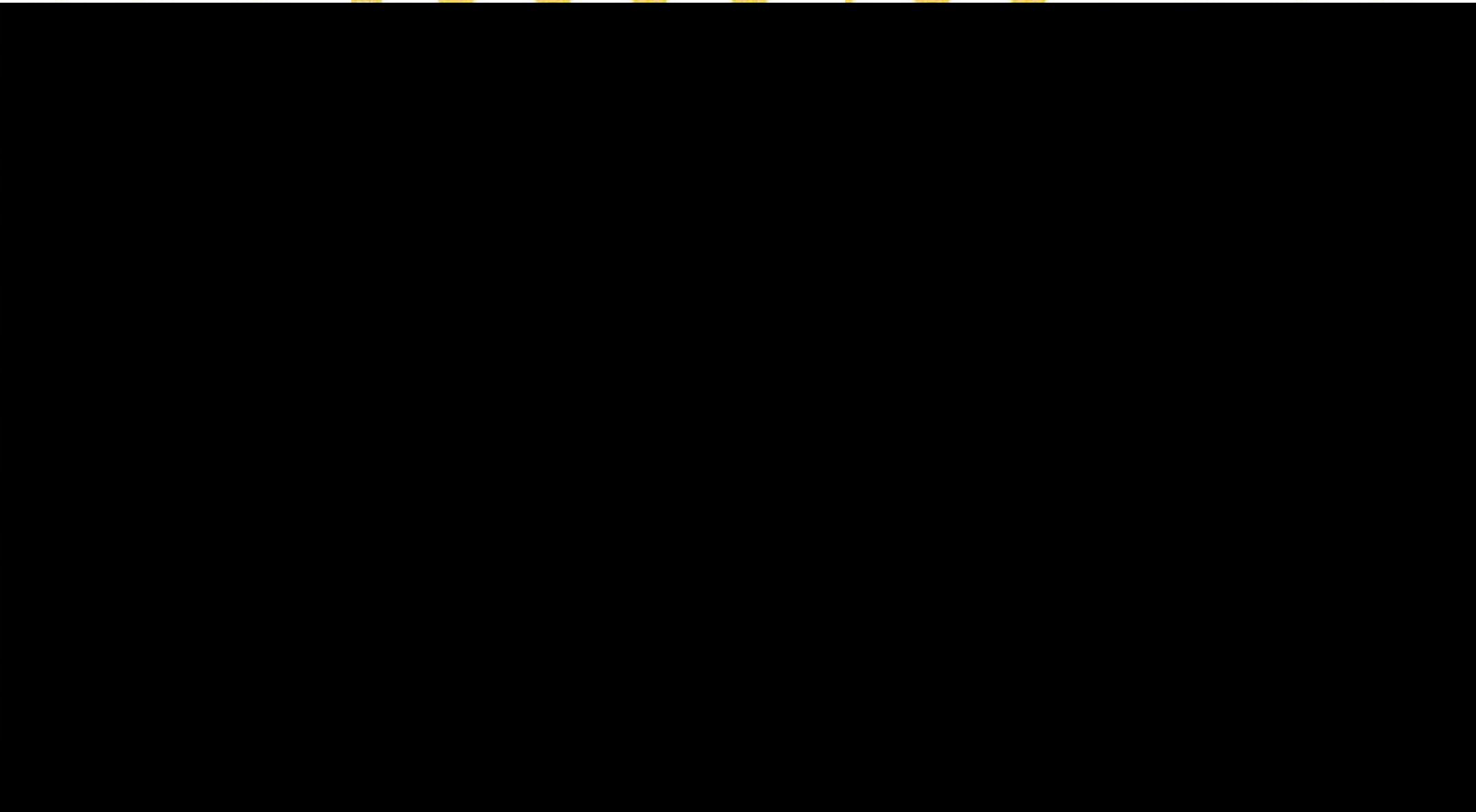


MIND



¿Por qué elegir?

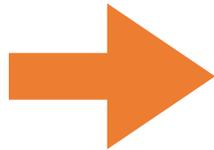




¿Son contagiosas las emociones?



Practiquemos



Wifi

EMOCIONAL

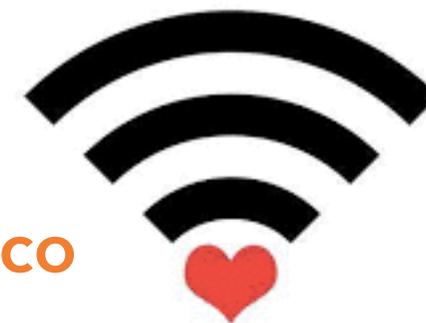


El estilo emocional del líder crea una cierta **cultura emocional** en el equipo de trabajo.

Los líderes más efectivos emocionalmente crean ambientes en donde florece el intercambio de comunicación, la confianza, el aprendizaje y una saludable asunción de riesgos.

El líder actúa como un **WIFI** emocional con su equipo

El contagio emocional es un verdadero fenómeno neurológico

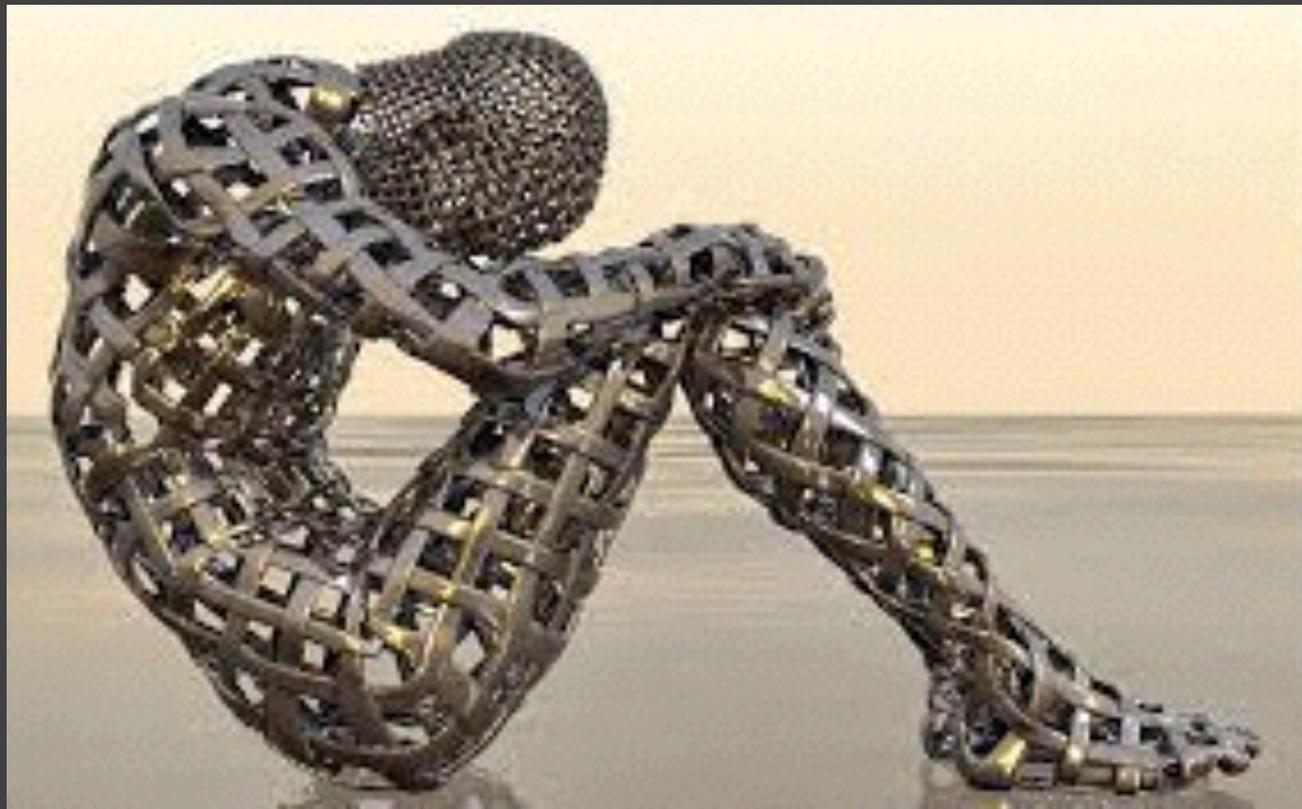




Nos vamos de compras...

El shopping de las emociones

<https://www.menti.com/dpcm2nrge3>



Las emociones del SXXI

- ¿Qué emociones asocias con el SXXI?

Esperanza

Compasión

Estabilidad

Confianza

Generar un retorno a las emociones

¿Qué vivir necesito para tener conciencia de que soy un ser talentoso y diverso, que cuenta con una herramienta única entre los seres vivos, llamada EMOCIONES?

Confianza

Ser predecible en un tiempo impredecible. No evitar los temas difíciles. Explicar claramente escenarios y criterios de decisión. Advertir las alertas máximas.

4 NECESIDADES DE LAS PERSONAS EN TIEMPOS DE INCERTIDUMBRE.

Compasión

Demostrar cuidado por los otros. Necesitamos escuchar a los otros decir que nos entienden, respaldan y que podemos superar situaciones juntos. Cuando la crisis pase, la forma en que tratas a otros será recordada.

Estabilidad

Brinde seguridad psicológica y evite la visión de túnel. Brinde seguridad práctica y psicológica. Necesidad de saber se responde comunicando permanentemente.

Esperanza

Invitar a participar en la creación de futuro. Decir lo que queremos lograr y por qué estamos seguros de que se puede lograr.



Las emociones del SXXI

¿Qué otras emociones incluirían ustedes para convivir en armonía en el Siglo XXI?

START-STOP-CONTINUE



¿QUÉ MEJOR MOMENTO PARA REVISAR Y ANALIZAR
CÓMO ESTAMOS HACIENDO LAS COSAS PARA MEJORARLAS.

Ejercicio final:

Reflexionando las emociones



¿QUÉ NECESITAMOS EMPEZAR A HACER?



¿QUÉ ESTAMOS HACIENDO ACTUALMENTE QUE
PODEMOS O DEBERIAMOS DEJAR DE HACER?



¿QUÉ ESTAMOS HACIENDO AHORA QUE FUNCIONA Y
DEBERIAMOS CONTINUAR?





Fabiola Freire A.
Coach, Asesora y Académica



Fabiola Freire Aguilar



@fabystar



@fkfreire

¡Muchas Gracias!