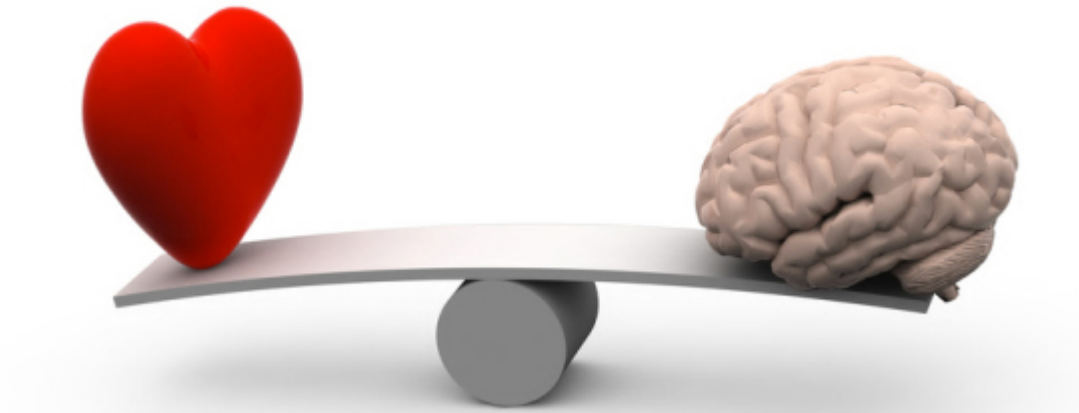


Diplomado en Inteligencia Emocional



Back to the center



Back to the center

Meditación



Back to the center

Tarea



Back to the center

Dinámica



Piensa en algún evento en el *ámbito familiar, profesional y personal*, en el que no hayas obtenido el resultado esperado y contesta lo siguiente:

- a) A que atribuyes no haber conseguido el resultado esperado?
- b) Quién tuvo la culpa de no haber conseguido el resultado?
- c) Si pudieras hacer cambiar algo, ¿qué sería?

Back to the center

¿Responsable?



Back to the center

Desde dónde cuento lo que me pasa
(vivo mi vida)

Responsable



Víctima

Back to the center

Frases de una persona que vive desde **SER VÍCTIMA**

Back to the center

Ser víctima es muy cómodo

Ser RESPONSABLE

REQUIERE CORAJE

Back to the center

Recompensas Secretas

- Reconocimiento
- Justificar
- Tener la Razón
- Dominar



Back to the center

¿cómo me hago responsable al 100%?

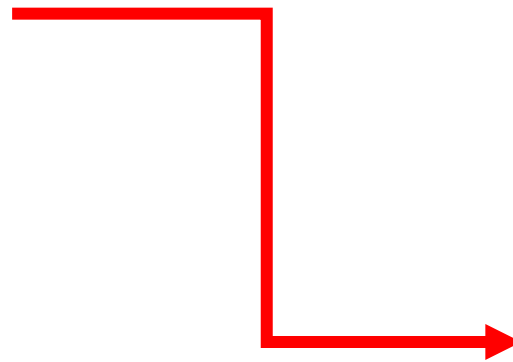


- Dándole sentido a lo que me pasa, dándole sentido a mi vida
- Aceptando las consecuencias de mi toma de decisiones

Back to the center

Responsable

Responsable



**No culpa
a otros**

Back to the center

“En última instancia el hombre no debería cuestionarse sobre el sentido de la vida, sino comprender que la vida lo interroga a él. En otras palabras, la vida pregunta por el hombre, cuestiona al hombre, y éste contesta de una única manera: *respondiendo de su propia vida y con su propia vida.*”

Únicamente desde la responsabilidad personal se puede contestar a la vida.”

Victor Frankl

Elección

Es que debo de

Es que tengo qué

Back to the center

Elección



Quiero vs Compromiso

¿Qué es lo que quiero?

¿A que me comprometo?

(¿con quien?)

Back to the center