

Cómo tomar decisiones más conscientes y rentables



GENERALITAT
VALENCIANA

iVACE
INSTITUT VALenciÀ DE
COMPETITIVITAT EMPRESARIAL



UNIÓ EUROPEA
Fondo Europeo de
Desarrollo Regional

Una manera de hacer Europa

CEEI
VALENCIA
CENTROS EUROPEOS DE
EMPRESAS INNOVADORAS

Cómo tomar decisiones más conscientes y rentables

CEEI
VALENCIA

Juan Pedro Sánchez
simplificando lo complejo

Psicólogo del Trabajo y las Organizaciones

Formación | Conferencias | Consultoría

www.juanpedrosanchez.com

contacto@juanpedrosanchez.com

 @juanpsanchez



Kahoot.it



SU OBJETIVO...



¡PROTEGERNOS!



Si añadimos hábitos o patrones de conducta...

¿QUIERES SABER CÓMO MEJORAR TUS DECISIONES?





Cómo observar para mejorar la consciencia
y lograr mayor **claridad mental**



Consciencia

Mindfulness (Samatha & Vipassana)



Cómo aceptar para mejorar la comprensión usando la comunicación estratégica

Algunas frases Killer a desterrar....

- Me esperaba otra cosa
- Si lo llego a saber...
- ¿Te puedo decir algo sin que te enfades?
- !No me da la vida!
- Se veía venir...
- Es mejor hacer las cosas uno mismo/a, que mandarlas
- !No puede ser!

emoción, sentimiento, estado de ánimo: un GPS



Cómo estabilizar emociones para facilitar la **paz interior** (el mejor indicador de una buena decisión)



Cómo conservar la energía vital para facilitar la consciencia



La empresa consciente





Examen



Cómo tomar decisiones más conscientes y rentables

CEEI
VALENCIA

Juan Pedro Sánchez
simplificando lo complejo

Psicólogo del Trabajo y las Organizaciones

Formación | Conferencias | Consultoría

www.juanpedrosanchez.com

contacto@juanpedrosanchez.com

 @juanpsanchez

