

CURSO PROGRAMACIÓN JAVA FULLSTACK

Módulo de Empleabilidad
Sesión 3

Elementos del elevator pitch

1º) Quién **SOY**

2º) **QUÉ** ofrezco, en qué ayudo, o qué soluciono

3º) En qué me **DIFERENCIO**

4º) Llamada a la **ACCIÓN**

¿Qué vamos a ver?

Lo único que os va a servir en la vida SIEMPRE:

La Inteligencia Emocional



¿Cómo se genera una emoción?



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE INDUSTRIA, COMERCIO
Y TURISMO



Escuela de
organización
industrial



Unión Europea
Fondo Social Europeo
Iniciativa de Empleo Juvenil
El FSE invierte en tu futuro



emoción	sensación	función	reacción
sorpresa	curiosidad	exploración	búsqueda
miedo	peligro	protección	huida
rabia	daño	autodefensa	agresión
asco	alarma	rechazo	huida
tristeza	pérdida	reintegración	aislamiento
alegría	satisfacción	afiliación	explosión

emociones	comportamiento somatizaciones	correlación temporal	actitudes apropiadas
miedo	inhibición, sentimiento de fragilidad, frío, temblores	futuro	protegerse, buscar seguridad
rabia	agitación interior, deseos de agredir	presente	afirmarse, poner límites, asertividad
tristeza	sentimiento de vacío, falta de energía	pasado	hacer el duelo, buscar consuelo
alegría	plenitud, energía	presente	compartir y celebrar, mostrar afecto

miedo

huida

protección

rabia

agresión

asertividad

tristeza

aislamiento

consuelo

alegría

explosión

compartir



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE INDUSTRIA, COMERCIO
Y TURISMO



Escuela de
organización
industrial



Unión Europea
Fondo Social Europeo
Iniciativa de Empleo Juvenil
El FSE invierte en tu futuro



fórmula matemática

Yo siento (*emoción*)

+

Cuando (*hecho objetivo, sin calificaciones*)

+

Porque (*razón o justificación*)

+

Instrucción de mejora (*petición*)

De 1 en 1, no molesta a ningun0



www.laurasegoviamiranda.com



laura@laurasegoviamiranda.com



+34 616 422 718



@Lsegoviamiranda



Laura Segovia escribe

