



Emociones a favor  
de nuestra  
capacidad  
adaptativa

# “Adaptación y plasticidad conductual para la nueva normalidad”

Desde la Biología del Conocer descubrimos una mirada que favorece nuestra capacidad para adaptarnos a nuevas formas de trabajo, y modos de relacionarnos, en un entorno cambiante.

## Emociones al servicio de nuestra capacidad adaptativa.

### Objetivo general

Potenciar los propios recursos emocionales, cognitivos y conductuales para enfrentar de manera exitosa el desafío de construir una nueva normalidad.

### Objetivo específico

- Fortalecer la confianza y la capacidad de diálogo con personas clave de nuestro entorno laboral y doméstico.
- Valorar el rol que poseen las emociones en tanto información relevante de sobrevivencia y sobre nuestro entorno para permitirnos flexibilidad y desarrollo de conductas beneficiosas de adaptación al momento actual
- Posibilitar mayor conciencia de nuestro propósito personal y laboral para impulsar nuestra motivación y energía positiva.

## Pilares del Programa “Emociones a nuestro favor”



1

**Autoconciencia emocional:** Conexión de sensación corporal con propias conductas, emociones y pensamientos.



2

**Tolerancia a lo desconocido:** Aceptación y asimilación de respuestas emocionales frente a la incertidumbre propia de la situación actual en constante cambio.



3

**Generatividad:** Capacidad para crear soluciones ágiles, originales y efectivas que agreguen valor al propio rol.



4

**Presencia responsable:** Compromiso y conciencia de coherencia entre propósito y comportamientos y su impacto sobre nuestro desempeño y motivación.



## ¿Por qué es importante el rol de las emociones y cómo podemos gestionarlas a nuestro favor durante procesos de cambio?

La pandemia nos ha enfrentado a una experiencia removedora, difícil a nivel individual y sobre todo a nivel social. Ha impactado la forma como nos planteamos frente a la vida y al trabajo, movilizando reflexiones que nos ofrecen una oportunidad para mejorar!

**Es un gran momento para aprender a gestionar nuestras emociones para que nos brinden la plasticidad conductual que se está requiriendo.**

Este programa tiene una duración de 4 horas, distribuidas en 2 webinars de 2 horas cada uno.

La audiencia recomendable es hasta 70 personas.

Plataforma Teams, Zoom o Google Meet

### Contactos

Julia Guzmán  
(+569) 34531154  
[julia.guzman@pwc.com](mailto:julia.guzman@pwc.com)

### Convenio Marco:

- Programa de formación directiva para personas con responsabilidad de conducción de equipos 1313527.
- Asesoría y facilitación en mecanismos y metodologías de gestión participativa para el alineamiento organizacional 1313647