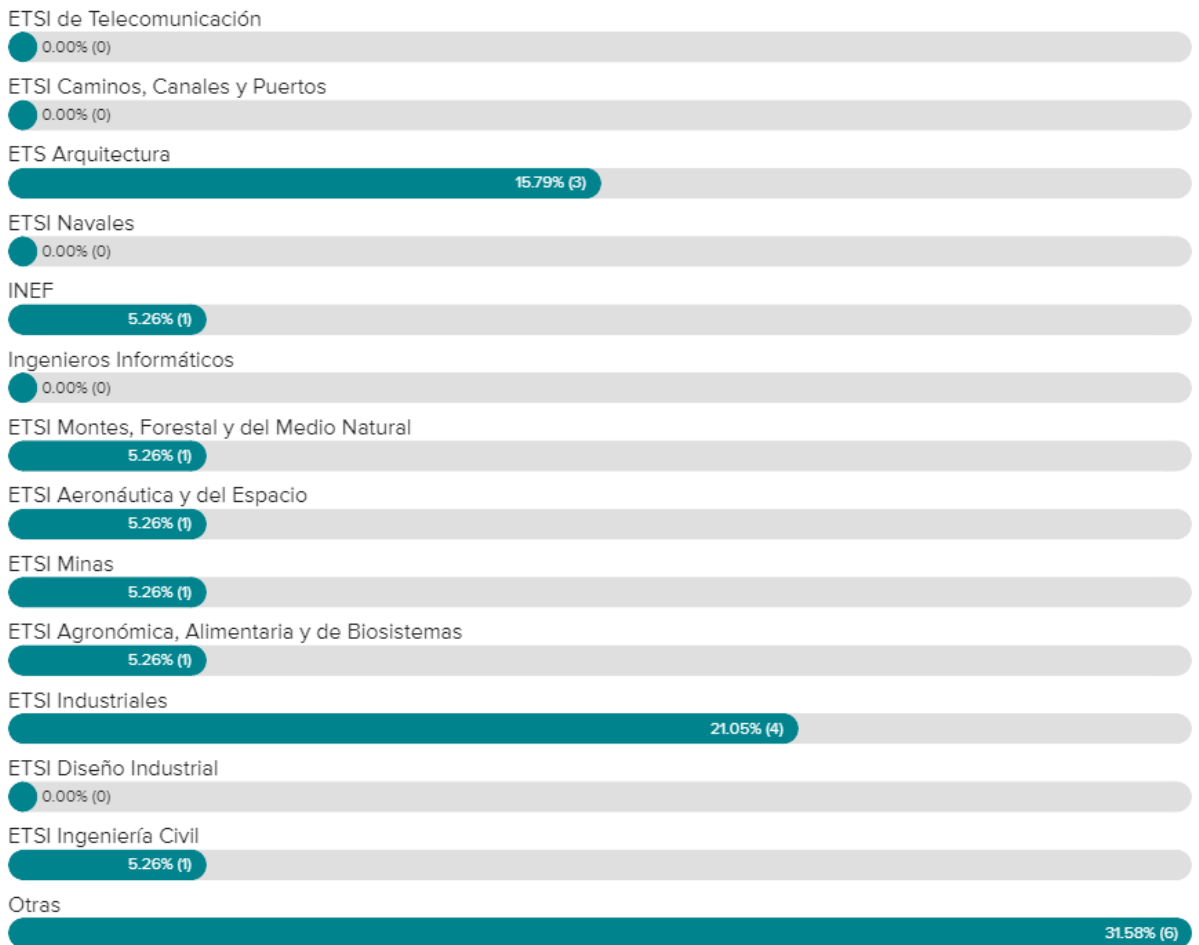


ICE. Cómo dejar de sabotearse uno mismo utilizando técnicas de coaching 5-6-7 mayo 2021.

☰ ¿De dónde venís?

👤 19

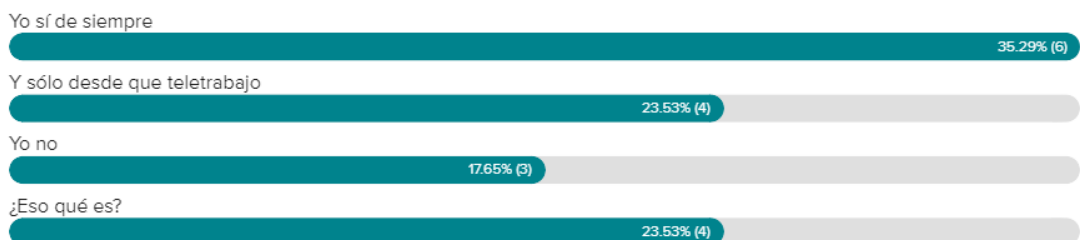


Allowed selections: 1



☰ ¿Quién de entre vosotros es un PROCRASTINADOR CONFESO?

👤 17



Allowed selections: 1



ICE. Cómo dejar de sabotearse uno mismo utilizando técnicas de coaching 5-6-7 mayo 2021.

¿Estás cumpliendo tus propósitos de este año?

16

Sí, estoy cumpliendo todos mis propósitos

0.00% (0)

Estoy cumpliendo al menos uno de mis propósitos

68.75% (11)

He renunciado a cumplirlos

6.25% (1)

Ya ni me propongo nada

25.00% (4)

Allowed selections: 1



En una palabra: ¿Qué esperas de este curso?

15



En una palabra: ¿Cómo estás?

14



ICE. Cómo dejar de sabotearse uno mismo utilizando técnicas de coahing 5-6-7 mayo 2021.

A ¿Por qué estás haciendo este curso?

19

Porque llevo una época de tristeza o desilusión

Buscando herramientas

Para ayudarme a salir de la espiral de negatividad que no me deja avanzar

Dar el paso para mejorar mi situación laboral y de pareja

Quiero encontrar herramientas que me ayuden a ser más eficiente, busco un empujón.

Porque he perdido ilusión en mis proyectos vitales y quiero volver a ponerme en marcha.

Mi encanta el coaching

Para mejorar mi rendimiento y dejar de sentirme culpable

Para aprender a autogestionarme

Para dejar de autosabotearme continuamente

Porque quiero ser mejor y sentirme mejor

Para conocer herramientas que me ayuden a confiar en mi mismo

Para intentar ser más eficiente y más feliz

Ganar optimismo y motivación



ICE. Cómo dejar de sabotearse uno mismo utilizando técnicas de coahing 5-6-7 mayo 2021.

A ¿Para qué estás haciendo este curso?

15

Para mejorar mi autopercepción

Para aprender

Para encontrar el equilibrio entre mi vida profesional y familiar

Para establecer una nueva filosofía de vida y no volver atrás

Para poder compatibilizar vida personal y vida laboral

Para sentirme agusto conmigo misma

Para mejorar como persona.

Para volver a iniciar proyectos d vida con ilusión

Para buscar herramientas que me ayuden a cambiar

Para mejorar mi rendimiento y sacar adelante una tesis mejor

Para redireccionar mi vida futura

Para ser mas feliz Para ser mejor persona

Para lograr sentirme mejor en mi vida

Para aprender a autogestionarme

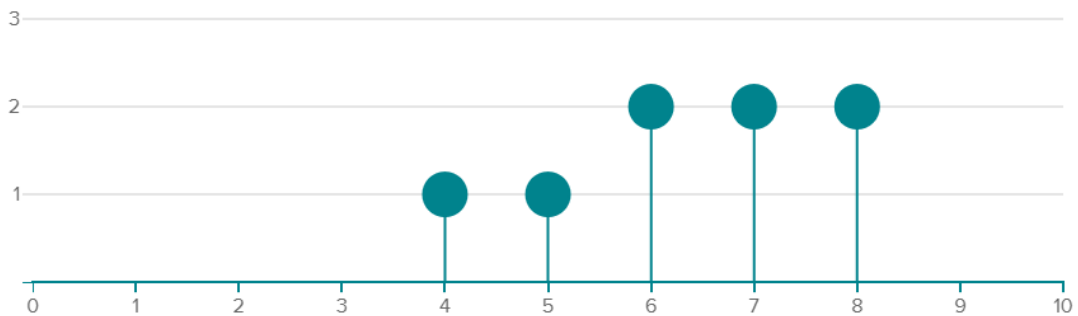


ICE. Cómo dejar de sabotearse uno mismo utilizando técnicas de coahing 5-6-7 mayo 2021.

1 De 1 a 10, ¿Cuál es el valor medio de tu palabra contigo mismo?

8

Average response: 6.38



¿QUÉ TE LLEVAS?

Tranquilidad por la situación de los compañeros y consejos y herramientas para gestionar determinadas situaciones

La importancia del valor de la palabra y el ¿Para que?

Conocimiento sincero de mi cambio d valores con la edad,sobre todo desde q fui padre

Consciencia de que el poder de cambio está en mi

Ahora conozco la prioridad de mis valores.

Ganas de intentarlo

Diferenciar por qué y para qué

Reflexionar en los valores que doy importancia

Algunas ideas y herramientas para reflexionar más tarde

herramientas para pensar y conocerme

Creo en el cambio

Fuerza para pasar a la Acción

Pensar más en las cosas importantes

Ganas de cambiar mi actitud

Ánimo

Reflexiones

Temas importantes para reflexionar

Descubrir mi escala de valores

ICE. Cómo dejar de sabotearse uno mismo utilizando técnicas de coahing 5-6-7 mayo 2021.

En una palabra: ¿Cómo estás?

12



A ¿QUÉ TE LLEVAS?

5

Una base para empezar el cambio

Trabajo

ganas de intentarlo

ideas, estrategias

Esperanza

