

**CUESTIONARIO - Taller - Octubre 2018**  
**Optimismo Inteligente como estrategia en la gestión de crisis.**

- Valore desde su experiencia -

**1 QUE ENTIENDE POR OPTIMISMO**

--

**2. QUÉ IMPORTANCIA TIENE EL OPTIMISMO PARA LA GESTIÓN DE EMERGENCIAS**

0 NADA	1	2	3	4	5 MUCHO
<b>Post</b>					

**3. ANTE SITUACIONES DE EMERGENCIA COMO INFLUYE EL OPTIMISMO:**

- EN VD MISMO (INTRA-PERSONAL) A NIVEL DE;  
PENSAMIENTOS

0 NADA	1	2	3	4	5 MUCHO
<b>Post</b>					

EMOCIONES

0 NADA	1	2	3	4	5 MUCHO
<b>Post</b>					

CONDUCTAS

0 NADA	1	2	3	4	5 MUCHO
<b>Post</b>					

EN SU EQUIPO Y ENTORNO PROFESIONAL (INTERPERSONAL)

--

#### 4 QUÉ RECURSOS UTILIZA PARA GESTIONAR OPTIMISMO EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

<b>Post</b>

- MENTAL (imaginación, pensamientos, etc..)

<b>Post</b>

- EMOCIONAL (emociones, sentimientos...)

<b>Post</b>

#### 5. DOS EXPERIENCIAS MÁS RELEVANTES EN RELACIÓN OPTIMISMO/ EMERGENCIAS

I
---

II
----

Su cargo en el equipo

--

*Optimismo Emocionalmente Inteligente* Como tendencia a percibir, pensar, sentir y valorar de manera realista las situaciones adversas en su aspecto mas favorable, para adaptarse positivamente a ellas y responder en consecuencia hasta conseguir los objetivos alcanzables.

**- MUCHAS GRACIAS -**

<b>Post.</b>
--------------