

## CUESTIONARIO OPTIMISMO EMOCIONALMENTE INTELIGENTE EN EMERGENCIAS /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

### 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

EMOCIONES

0 NADA	1	2	3	4	5 MUCHO

CONDUCTAS

0 NADA	1	2	3	4	5 MUCHO

EN SU EQUIPO Y ENTORNO PROFESIONAL (INTERPERSONAL)

--

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

- MENTAL (imaginación, pensamientos, etc)

- EMOCIONAL (emociones, sentimientos...)

#### **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 .*

**- MUCHAS GRACIAS -**