

**Dirigidos a todos los colectivos que quieran iniciarse en técnicas de desarrollo personal. Para trabajar inquietudes, aspiraciones, nuevos proyectos y/o situaciones de cambio.**

[www.paolaolmedo.com](http://www.paolaolmedo.com)

**01**

## **EL OBSERVADOR**

*Mi forma de ver el mundo delimita mi campo de actuación. Cada uno somos un observador distinto. Enfoque único vs. Enfoque múltiple.*

**02**

## **MIS JUICIOS Y CREENCIAS**

*Nuestros juicios califican nuestra forma de ver la vida y hablan sobre quienes somos. Convierto mis juicios limitantes en posibilitadores.*

**03**

## **LA EMOCIONALIDAD**

*Identifico, gestiono y piloto mis emociones para que me ayuden a conseguir mis objetivos. Fluidez y dirección. Indago en mis estados de ánimo.*

**04**

## **LOS PERSONAJES**

*Nuestros juicios, aprendizajes, experiencias, proyectan en nosotros sombras que son los aspectos que deseamos de nosotros mismos. Vivimos a través de nuestros personajes. "Yo soy el fuerte!..para esconder al débil". Detrás de nuestros personajes están nuestra verdadera fuerza y confianza.*

**05**

## **ESCUCHANDO MIS CONVERSACIONES**

*Todos tenemos una conversación privada (para con nosotros mismos) y una conversación pública (hacia fuera). Indago en mi escucha y en lo que digo y lo que no digo, para convertir mis capacidades en habilidades.*

**06**

## **DISEÑO DE TALLERES A MEDIDA PARA EMPRESAS Y CENTROS EDUCATIVOS**

**Todos los talleres, tanto los contenidos en los programas, como los individuales, se trabajan sobre una base del coaching ejecutivo, del coaching social ontológico y prácticas del ámbito de recursos humanos.**

[www.paolaolmedo.com](http://www.paolaolmedo.com)  
[polmedo@coachingtyl.com](mailto:polmedo@coachingtyl.com)  
[paoc5@outlook.com](mailto:paoc5@outlook.com)