

## INFORMACIÓN GENERAL

Duración	4 horas	
Fecha y horario	Jueves 09 de Octubre de 2008 15:00 a 19:00 hrs.	
Lugar	Auditorio IRADE, Chacabuco # 278 Concepción	
Certificado	Se otorgará certificado de asistencia de IRADE a quienes asistan a un mínimo del 80 % de las horas de clases programadas.	
Valor	Socios IRADE	\$ 55.000.-
	No Socios	\$ 65.000.-
Plazo límite de inscripción	Martes 7 de Octubre de 2008	
Nombre OTEC	IRADE - Capacitación Ltda.	
RUT OTEC	76.593.170-3	
Código Sence	No aplica	

## INSCRIPCIONES Y CONSULTAS

- Teléfono : (41) – 2747405
- Fax : (41) – 2747401
- E-mail : capacitacion@irade.cl
- Inscripciones : Sra. Claudia Jaña V.
- Sitio Web : www.irade.cl



La anulación de una inscripción deberá ser comunicada a IRADE hasta 2 días hábiles antes del inicio del programa. De otro modo se considerará que la persona asistirá normalmente, procediéndose a la facturación respectiva.



## Taller EL PODER DE LAS EMOCIONES: SU INFLUENCIA EN EL ÁMBITO LABORAL Y PERSONAL

Jueves 9 de octubre de 2008

## PRESENTACIÓN

¿Sabía que las emociones influyen en su trabajo, afectan su salud, sus redes, sus múltiples relaciones con el entorno, con su pareja e influyen significativamente en su desempeño personal?

Este taller está orientado a quienes necesiten realizar una búsqueda y un conocimiento más efectivo, y adecuado de sus emociones, con el fin de mejorar su calidad de vida, a través del sistema Alba Emoting.

Alba Emoting es un conjunto estructurado de elementos conceptuales y prácticos que permiten aprender a reconocer, expresar, recrear y modular intencionalmente las 6 emociones básicas de alegría, tristeza, rabia, miedo, erotismo y ternura. Quienes sienten miedo antes de enfrentar un desafío difícilmente lo lograrán. En cambio si se está emocionalmente optimista y alegre, las metas son alcanzables, porque el mundo de los exitosos es aquel de los que creen poder hacerlo. Quien aprende a entrar o salir de un estilo emocional a voluntad, incrementa su productividad y su bienestar laboral y personal.

El taller entregará una visión de las emociones, y en particular, de las 6 emociones básicas. Se enseñarán algunos de los patrones respiratorios y posturo-faciales que inducen a provocarla y se practicará la técnica del "step-out", que es la salida de la emoción a un estado neutral.

## OBJETIVOS

- Entrar en contacto con las emociones básicas de manera física, en forma simple y directa.
- Recuperar la conciencia del propio emocionar y de los demás.
- Facilitar la comunicación de las emociones.
- Incrementar la capacidad para hacer distinciones entre las diferentes emociones y entender las emociones mixtas.
- Entrar y/o salir de un estado emocional a voluntad.
- Enriquecer el manejo de la inteligencia emocional.

## Relatora



**Susana Bloch Arendt**

- Creadora del sistema Alba Emoting.™ en conjunto con Pedro Sándor. Es psicóloga de renombre internacional especializada en psicofisiología., titulada en la Universidad de Chile con estudios de post-grado en la Universidad de Harvard, USA. Ocupa diversos cargos académicos en el Departamento de Fisiología y Biofísica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile y en el Depto de Psicología de la Facultad de Ciencias Sociales, de la misma Universidad. Allí realiza docencia e investigación, centrada en el estudio experimental de diversos aspectos de la psicofisiología animal, y en la psicofisiología de las emociones básicas humanas.
- Se radica en Francia y ocupa el cargo de directora de investigación del Centro Nacional de Investigación Científica (CNRS) del estado francés. Crea la unidad de experimentación sobre las emociones, en su laboratorio del Instituto de Neurociencia de la Universidad Pierre et Marie Curie, en París. En 1994 viene a Chile en misión del CNRS para coescribir junto a Humberto Maturana el libro Biología del Emocionar y Alba Emoting, Bailando Juntos.
- Desde 1997 está radicada en Chile, después de 23 años de trabajo en Francia. Es directora de la empresa de formación y consultoría Alba Emoting Ltda., y está dedicada a la enseñanza de su método Alba Emoting™, al estudio de sus aplicaciones prácticas y a la asesoría profesional en base a este mismo método, tanto en el país como en el extranjero. En este contexto realiza talleres, seminarios, conferencias, asesorías y dirección de tesis universitarias.
- Sus libros más recientes son: Al Alba de Las Emociones (2002) Editorial Grijalbo S.A.. Reeditado en 2007 por Uqbar Ediciones.; Alba Emoting : Bases científicas del Emocionar (2003), Editorial Universidad de Santiago; The Development of Alba Emoting (2004) Brigham Young University-Idaho Press, USA), The Alba of Emotions (2006), Santiago, Ediciones Ultramarinos PSE, y Surfeando la Ola Emocional (2007) Santiago, Grupo Editorial Norma.

