





Desdramatizar en la vida y en el trabajo

Lo que nadie te ha contado sobre como dejar de sufrir y vivir apasionado

- 8 años de investigación
- Mas de 100 conversaciones poderosas
- Mas de 10.000 entrevistas de trabajo
- Mas de 30.000 personas asistentes a Cursos y Conferencias



ÁNGEL LARGO GARCÍA

DESDRAMATIZAR en la vida y en el trabajo

LO QUE NADIE TE HA CONTADO
SOBRE CÓMO DEJAR DE SUFRIR
Y VIVIR APASIONADO





VIVO MI VIDA DE FORMA APASIONADA

- ME ENTANTAN LOS RETOS Y HACER COSAS NUEVAS
- ME GUSTA CONOCER GENTE DIFERENTE
- BUSCO DIVERTIRME CON LO QUE HAGO



Disfruto (Ahora) hablando en publico

HACER REIR A LOS DEMAS

- Que las personas que te rodean disfruten con tu presencia
- Que la risa acompañe momentos de nuestra vida
- Que podamos recordar momentos de risas



SERVIDOR



Este libro me ha
dado la
oportunidad de
conocer personas
muy interesantes



Y he disfrutado
todas las
presentaciones



ÁNGEL LARGO GARCÍA
**DESDRAMATIZAR
en la vida y en el trabajo**

Lo que nadie te ha contado sobre cómo
dejar de sufrir y vivir apasionado

**PRESENTACIÓN
DEL LIBRO**
Desdramatizar en la vida y el trabajo

ÁNGEL LARGO

FNAC MADRID RIO
Domingo,
30 de enero
a las 12:00 horas

fnac

WWW.EXITCOMUNICACION.COM



**PRESENTACIÓN
DEL LIBRO**

ÁNGEL LARGO GARCÍA
**DESDRAMATIZAR
en la vida y en el trabajo**

Lo que nadie te ha contado sobre cómo
dejar de sufrir y vivir apasionado

o/a
ÁNGEL LARGO

Diez 27 de Abril
Hora 18:30
en **LA NAVE**
Calle Chueca 6
Madrid

EXIT

LA NAVE

¡El evento del año!
Prepárate para una gran
fiesta y un show
espectacular con muchas
sorpresas

**PRESENTACIÓN
DEL LIBRO**

25.03.2022 | 18:00
**ESPACIO BERTELSMANN
C/ O'DONNELL 10
MADRID**

Se ruega la máxima puntualidad

Miguel Felipe Aragón: Actor, Comico,
Mago, Contador y Escritor
Miembro de la Familia Aragón

Libro: Comedia cómica profesional de
Comedy Central y La Charla del Loro

The Abbey Roaders: actuación musical en
gacetillas de temas positivos y optimistas

Y por supuesto cóctel rico rico

Gratis previa inscripción. Plazas Limitadas. Ven solo o con
acompañante. Insíbete en <https://angellargo.com/presento-mi-libro/> o
escribe un email a lh@angellargo.com

ACCIÓN Y CULTURA SOCIAL

CLUB CLÍSTENES

Charla y Debate | Libros

Desdramatizar en la vida y en el trabajo

LO QUE NADIE TE HA CONTADO SOBRE CÓMO DEJAR DE
SUFRIR Y VIVIR APASIONADO.

Soy un profesional experto en gestión de personas con más de 25
años de experiencia y sobre todo y ante todo un "observer" (observo
a las personas). Estas son mis experiencias vitales: Más de 10.000
personas entrevistadas para puestos de trabajo en más de 25
como headhunter.

ÁNGEL LARGO GARCÍA
**DESDRAMATIZAR
en la vida y en el trabajo**

Lo que nadie te ha contado sobre cómo
dejar de sufrir y vivir apasionado

o/a
ÁNGEL LARGO

Viernes 21 de enero 2022 a las 19:00
Ángel Largo García

BIBLIOTECA
Ricardo León
GALAPAGAR

MÉTODO D.R.A.M.A



- **D**istanciamiento
- **R**eflexión
- **A**ctitud
- **M**ejora
- **A**rmonía



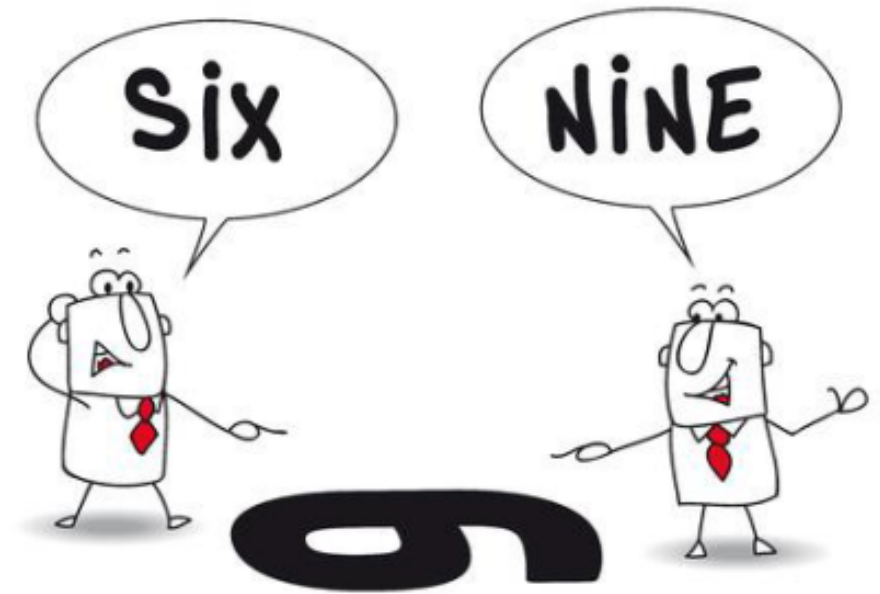
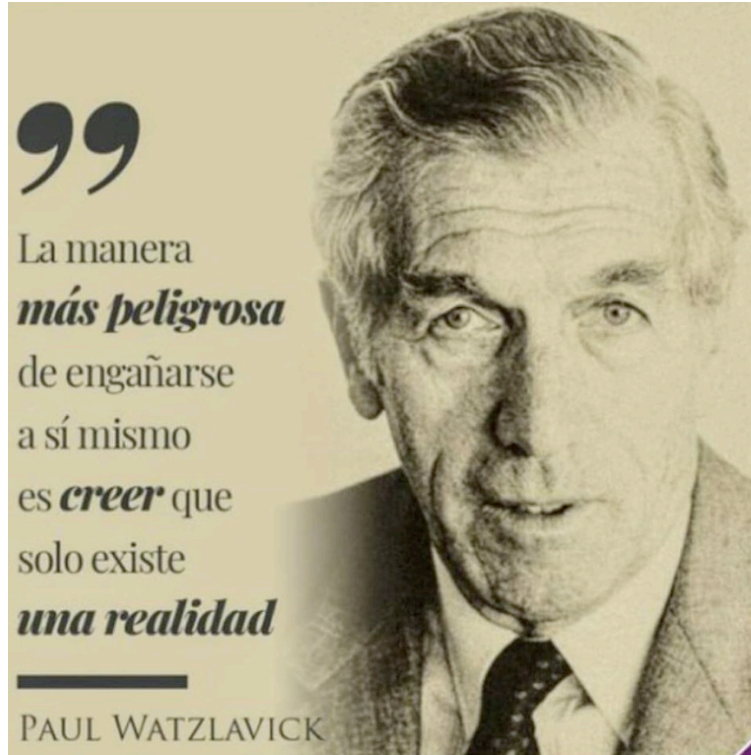
DISTANCIAMIENTO

RELATIVIZAR,
DEL VERBO "APRENDER A
DAR A CADA COSA, SITUACIÓN
O PERSONA
LA IMPORTANCIA QUE
MERECE."

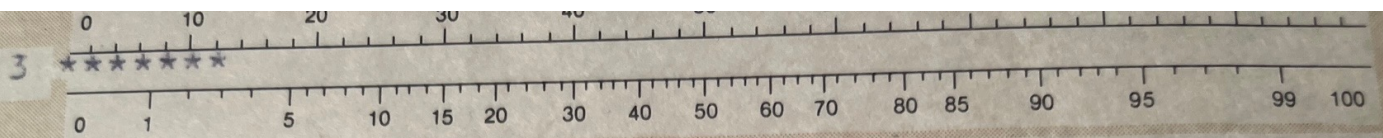
@EliaGuardiola



Tenemos diferentes visiones de la realidad



Escala auxiliar que sirve para comprobar si el sujeto ha contestado con claridad. Cuanto más alta es la defensiva menos claridad en las contestaciones.



Indica el nivel alcanzado por el alumno en cada prueba con arreglo al grupo de comparación. Clasifica a la muestra en 5 niveles y cada nivel abarca 20 unidades S.
Ejemplo: ACTIVIDAD S = 78 su situación es NIVEL ALTO, pero según la escala muy próximo al NIVEL MUY ALTO.
Obtenido por el alumno en cada prueba indica el tanto por ciento (%) de alumnos que están por debajo o por encima de él.
Ejemplo: REFLEXION P = 42 indicaría que el 42% de alumnos de igual curso que él han obtenido calificación más baja y el 58% más alta.

apartado
comenta-
nsideración
ón o status
el alumno
grupo en los
pectos valora-
y importante
uenta que
vaciones
an otra
aclara-
datos
dos.

ES MEDIANAMENTE IMPRESIONABLE Y EXCITABLE. ALGUNA PROPENSION A ASUSTARSE.
DE FORMA GLOBALIZADA SUELE SER POCO DILIGENTE Y EFICAZ EN SU ACCION.
PESE A SER NORMALMENTE POCO OBSESIVO, MANIFIESTA SIGNOS DE PREOCUPACION.
NORMALMENTE PARECE SER UNA PERSONA POCO DADA A SER IMPOSITIVA Y DOMINADORA DE LAS DEMAS.
TIENDE HACIA LA CONCENTRACION Y LA FANTASIA, PERO EN REALIDAD ES POCO ESPECULATIVO.
ESTA MUY INCLINADO A MOSTRAR RESERVA. **MANIFIESTA POCO INTERES POR LOS DEMAS.**
TIENDE A SER MEDIANAMENTE CONTROLADO Y ESFORZADO, CONSTANTE Y RESPONSABLE.
TIENE TENDENCIA A MANIFESTARSE Y EXPRESARSE DE FORMA CLARA Y DIAFANA.

Mod. K 246 - ELABORADO POR **Cospa** orientación - Cl. Bravo Murillo, 377, 6.ª - MADRID - 20

ALUMNO

ANGEL DAVID LARGO GARCIA

10 2 BUP

EMOTIVIDAD

ACTIVIDAD

RESONANCIA

DOMINANCIA

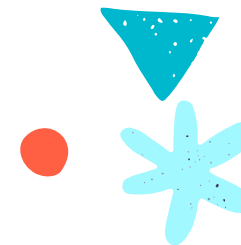
REFLEXION

COMUNICACION

REFLEXIÓN



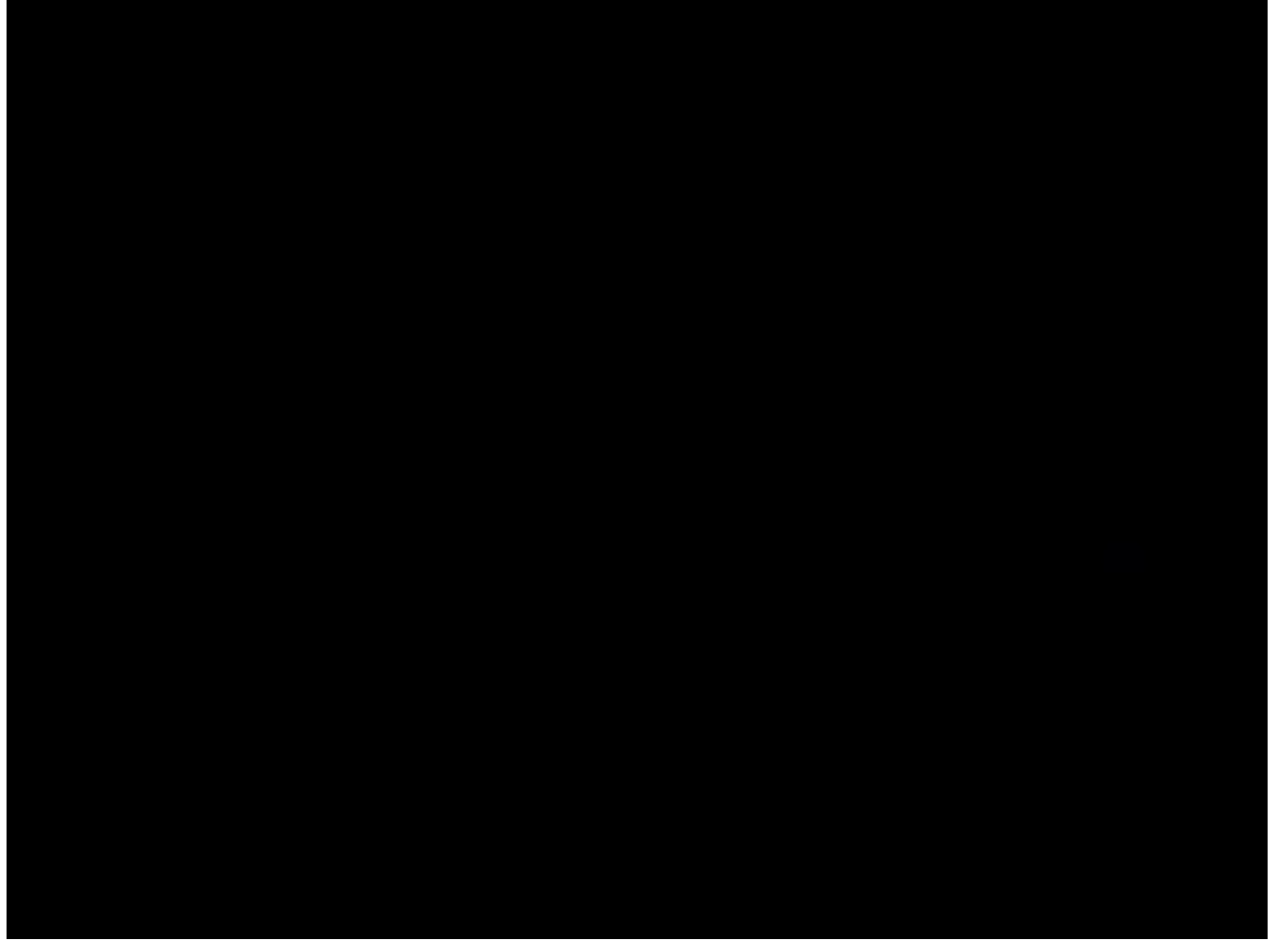
PAUSA
REFLEXIVA



Prueba de Atencion y Concentracion

Prueba de atención y concentración.

Vivir en piloto
automatico



ACTITUD

“ De todas las cosas que uno lleva puesto, la actitud es lo más importante ”



Automotivacion



Actitud ante las adversidades





Dimensiones de la actitud positiva

Resiliencia

Constancia/Tenacidad

Centrado en los objetivos

Esperanza orientada a la acción

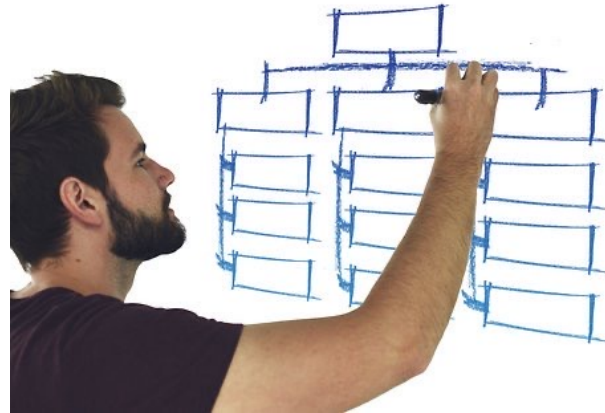
Resistencia a la frustración

Seguridad en sí mismo

Las personas optimistas:



Tienen mejor humor



Son más productivas



Disfrutan de mayores éxitos

SIETE HÁBITOS DE LA GENTE OPTIMISTA



Se rodean de otros optimistas



Perdonan a los demás



No se dejan afectar por los comentarios



SIETE HÁBITOS DE LA GENTE OPTIMISTA

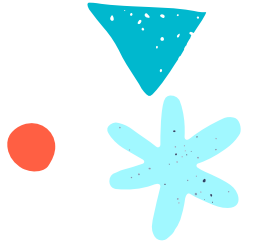


Sonríen

TikTok
@ehuniverso

eh!

SuperBrugsen (2016)



MEJORA CONTINUA



改善 **KAI=Change**
改善 **ZEN=Good**
改善 **KAIZEN**
(Continual Improvement)

EL PAÍS

EL PAÍS

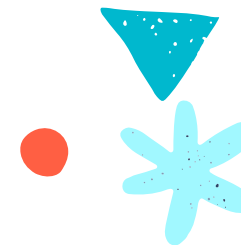


FORMÚLA DE LA PLENITUD

1. DESCUBRIR TU PODER
2. ENCONTRAR SENTIDO A LO QUE ERES
3. TENER UN PROPOSITO EN TU VIDA



Atreverse a visualizar el éxito.



PRUEBA DE AGILIDAD MENTAL

RESUELVE EL PROBLEMA

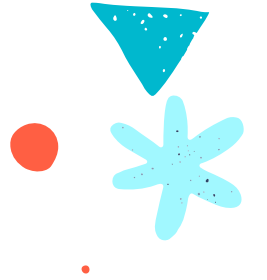
La madre de maria tiene 5 hijas lala, lela, lila, lola,.....

¿Cómo se llama la quinta?

Revisa la pregunta.....
en ella encontraras la respuesta

MARIA

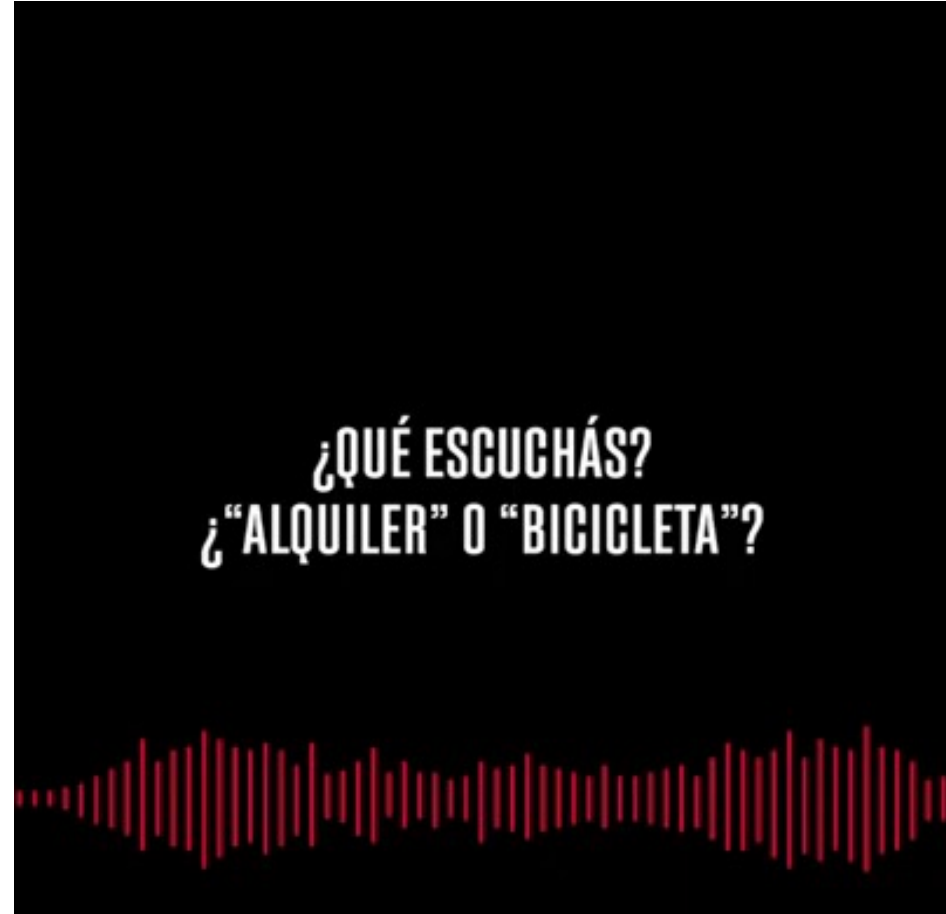
ARMONIA



¿Qué Viene a continuación?



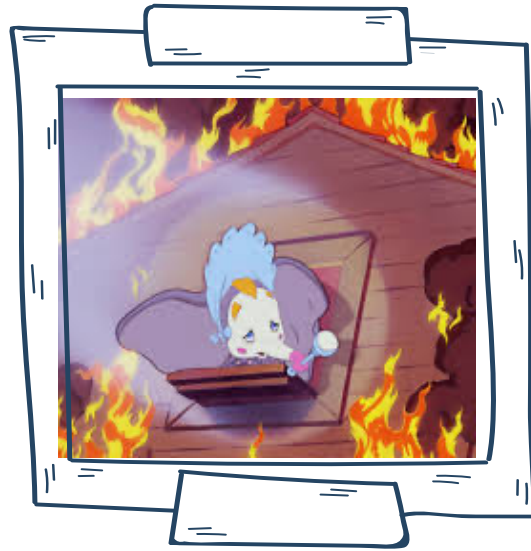
¿Qué escuchas ALQUILER o BICICLETA?



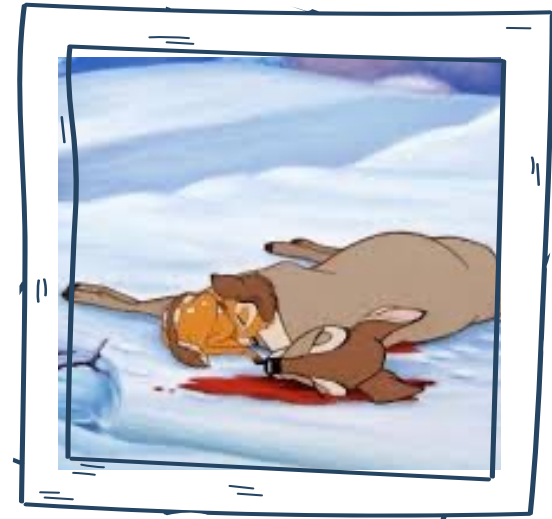
Vemos la vida como algunos guionistas de Disney



Rey León



Dumbo



Bambi

¿QUÉ SON LOS PERITOS...?



¿QUIENES SON LOS ESQUEROSOS?

“ES QUE...”

“BUENO YO LLEGO TARDE...”

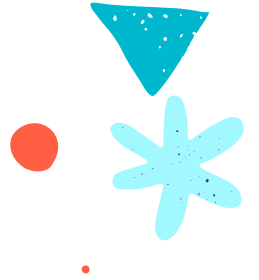
“ME ATACARON UNOS NINJAS...”

“EL NIÑO SE ME PUSO MALO...”

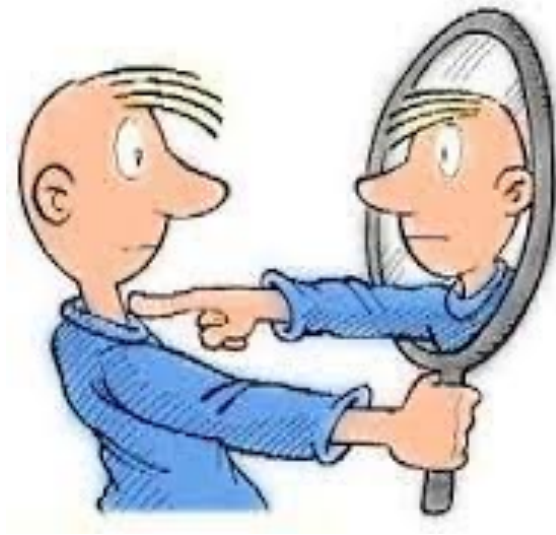
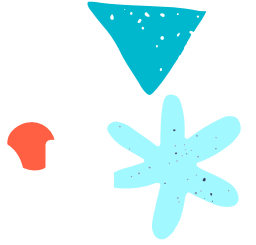
*“MI MADRE LE CAYÓ ENCIMA UN
METEORITO...”*

EXCUSAS

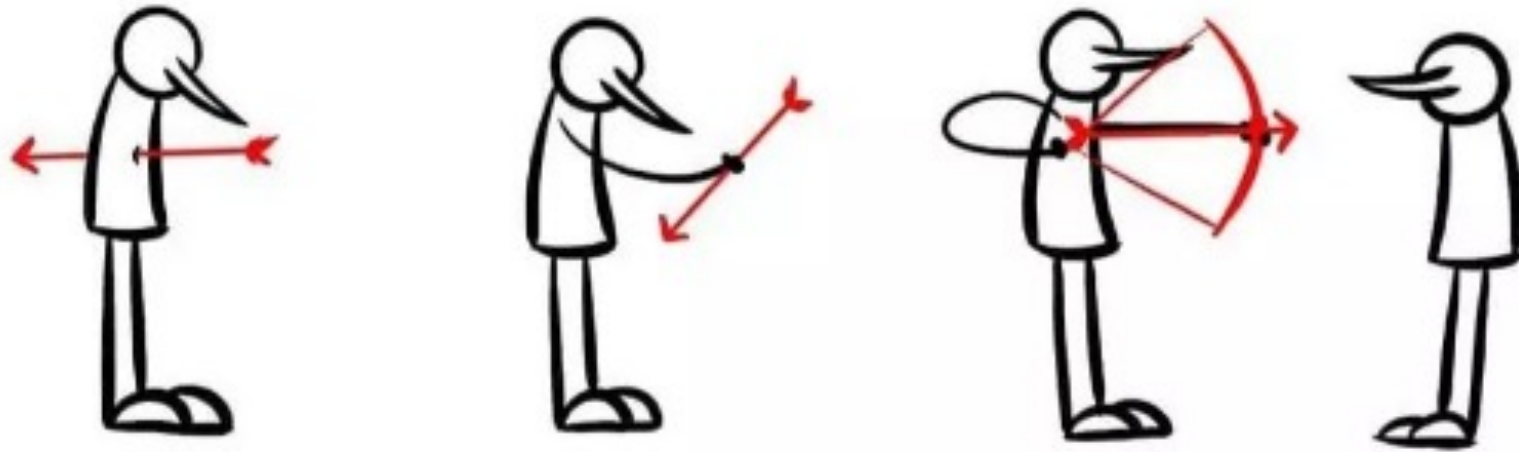
¿QUÉ SON LAS EXCUSAS?



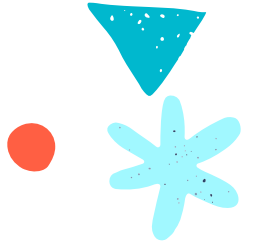
LA CULPA, EL RENCOR Y EL PERDON



NO USES LO QUE TE HIZO DAÑO

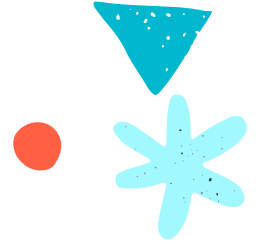


PARA HACER DAÑO A OTRA PERSONA



Ejemplos de creencias limitantes

- “No soy lo suficientemente bueno”
- “Nunca tendré éxito”
- “No tengo suficiente experiencia”
(el síndrome del impostor)
- “No soy lo suficientemente inteligente”
- “Nunca seré un gran líder”

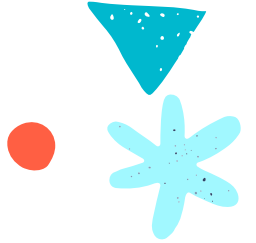


SERE FELIZ CUANDO....

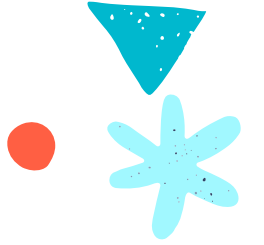
SINDROME FELICIDAD APLAZADA



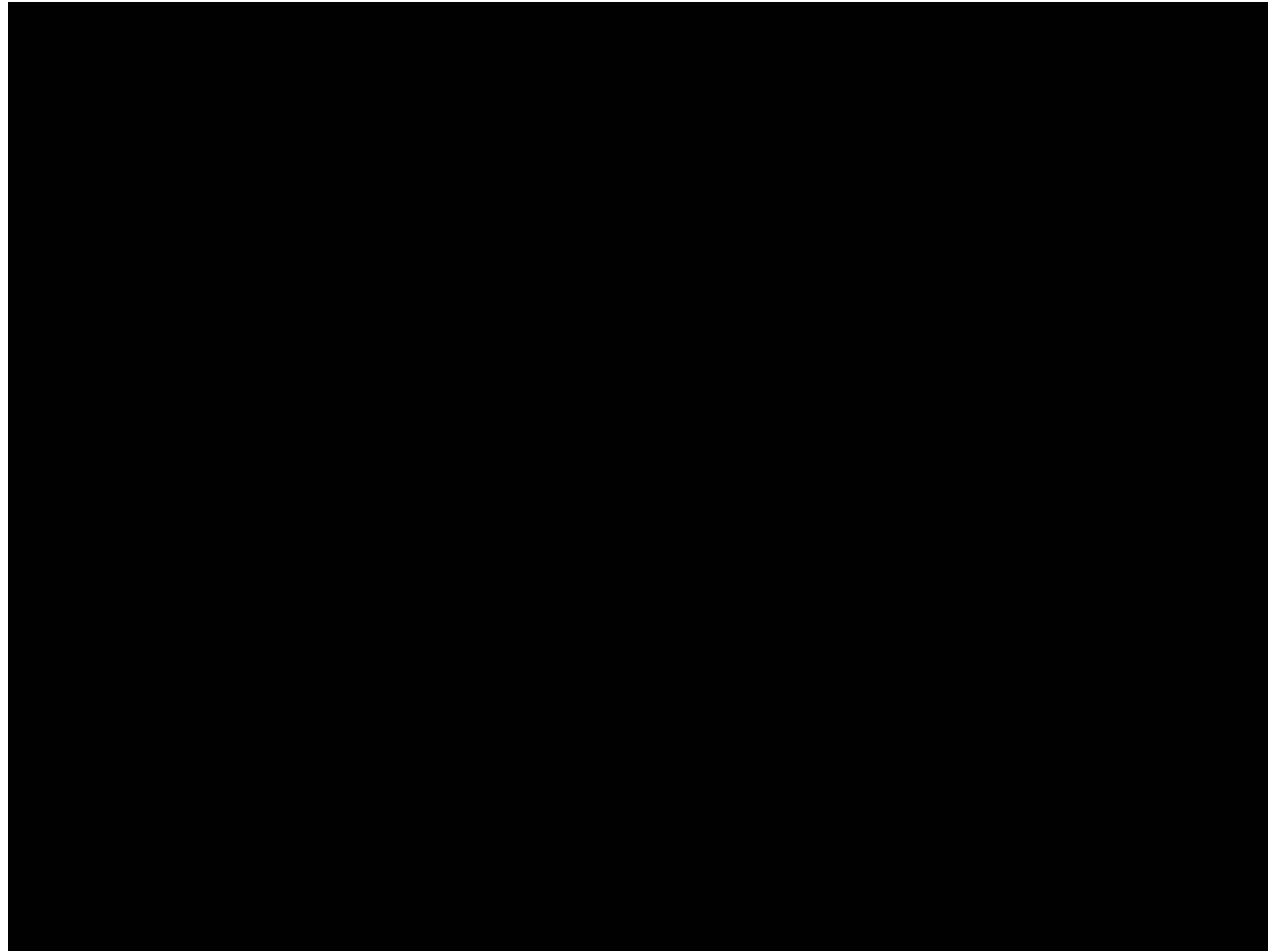
MINIDRAMAS



ZOZOBRA Y DESAZON



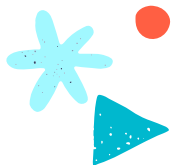
Enfrenta tus Miedos



Restar importancia...no quitársela



Qué es lo importante en esta vida ?



¿Qué podemos aprender de la Adversidad?

“ HAZ DE LA ADVERSIDAD TU MAYOR OPORTUNIDAD DE APRENDIZAJE ”



INTERESARNOS DE MANERA SINCERA POR LOS DEMÁS

Hola
¿Cómo estás?



¿CÓMO TE
SIENTES?

Estaría bien que en el colegio, en vez de enseñarnos a hablar en dos o tres idiomas, nos enseñaran a escuchar en alguno.



Interpretar
lo que nos
dicen



Prueba de Reflexión Mental

QUE LETRA SIGUE EN LA SERIE

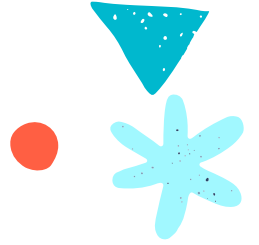
U D T C C S S O _

Podría ser la O por repetirse las dos últimas C y S

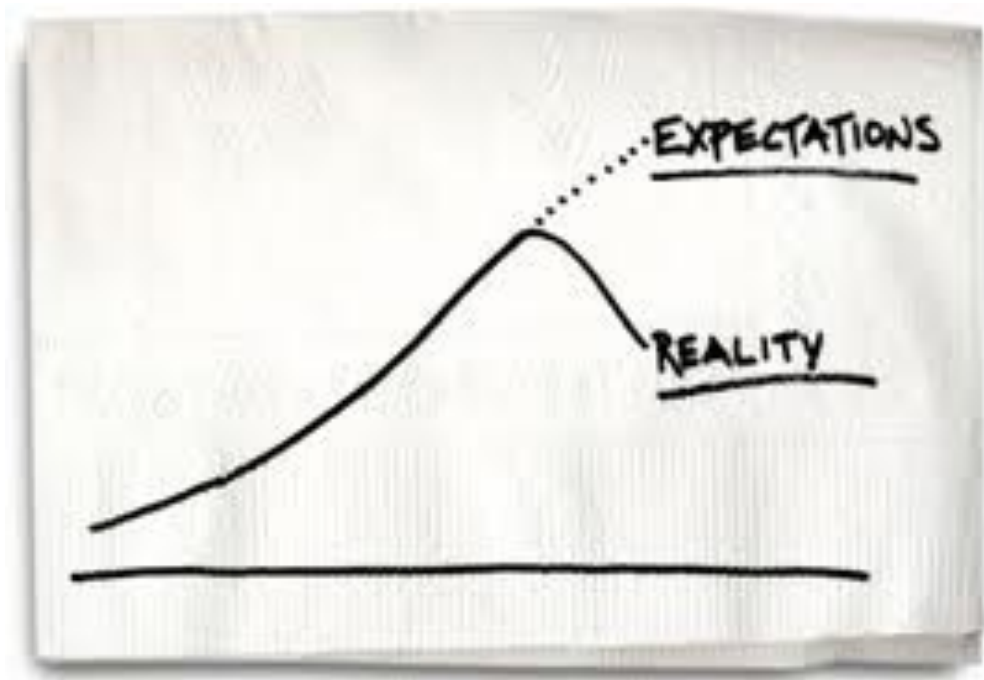
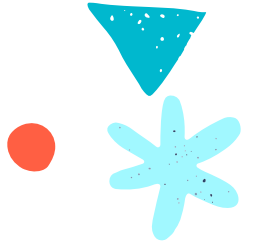
Podría ser la Y que conforma el SOY en las últimas letras

La respuesta es la **N porque es la letra de la primera letra del número **9**, a la que se refiere la Serie**

A veces nuestros problemas tienen que ver con verlos desde otra perspectiva y punto de vista para solucionarlos



SUFRIMOS CUANDO NO CONSEGUIRMOS LO QUE QUEREMOS

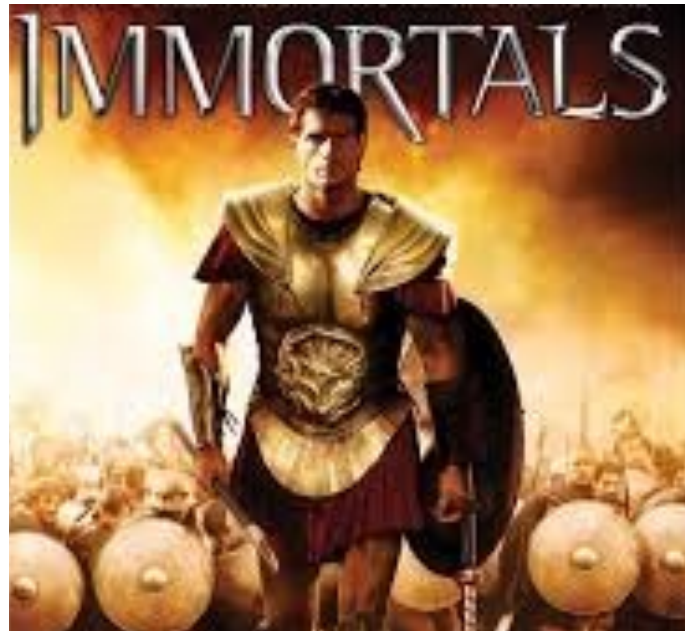


Vivimos creyéndonos inmortales

¡toma rebajas!
antes a 30
ahora a
50

Hipoteca a 50 años.
Hasta el 100% y sin avales.
Hasta 5 años de carencia.
Desde 17,50€ al mes
por cada 6.000€.
TAE 3,46%.

hipotecas
bbk
como tú quieras



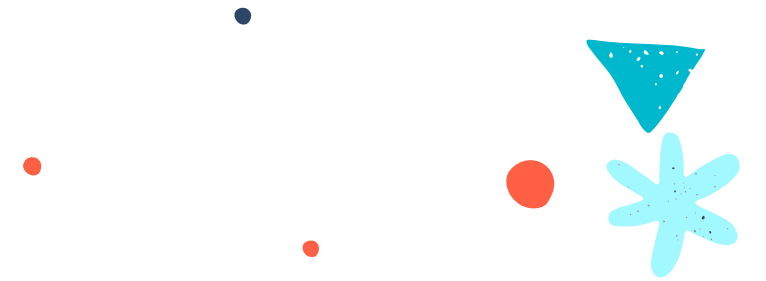
Sentir versus Dar Sentido

SENTIR

- Ver
- Oír
- Oler
- Tocar
- Gusto

ATENDER A LO QUE SE SIENTE

- Mirar
- Escuchar
- Olfatear
- Palpar
- Paladear



La importancia de conocer a los demás

¿Nos conocemos...



...o nos dejamos guiar por nuestras impresiones?

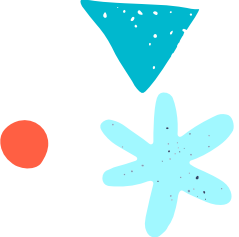


Prejuicios sobre los demas



Amor Devuelto

Love you!

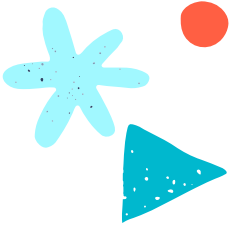


APRENDIZAJES DE LA PANDEMIA

- Valorar lo que tenemos (más cuando lo perdemos)
- Dar importancia a lo importante
- **Decir TE QUIERO a los que nos rodean**
- No estar quejándonos de las pequeñas cosas
- **Valorar la Solidaridad del Ser Humano**
- **Emocionarnos con las pequeñas cosas** que tenemos a nuestro alcance y son gratis (pasear, quedar con amigos, puesta de sol,....)
- **AGRADECER**



TRUCOS PARA SER FELIZ



“ Haz o no lo hagas, pero no lo intentes ”





MEJORA TUS CAPACIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES CON ABC

UNA COLECCIÓN DE 14 LIBROS DE PRESTIGIOSOS AUTORES QUE TE AYUDARÁ A MEJORAR TU VIDA DIARIA.

PRIMERA ENTREGA DOMINGO 22 MAYO
LA FUERZA DEL OPTIMISMO
LUIS ROJAS MARCOS
POR SOLO **5,95 €**

BERNARDO STAMATEAS • GENTE TÓXICA
DRA. RAFAELA SANTOS • LEVANTARSE Y LUCHAR

CADA DOMINGO UNA NUEVA ENTREGA POR SOLO 5,95 €

Brújula para navegantes emocionales - Elsa Punset (29 mayo) / Gente tóxica - Bernardo Stamateas (5 junio) / Levantarse y luchar - Rafaela Santos (12 junio) / Objetivo confianza - Eduard Pasaban (19 junio) / Vivir es un asunto urgente - Mario Alonso Puig (26 junio) / El sentimiento de culpa - Laura Rojas Marcos Puig (26 junio) / El secreto de la autoestima - Antoni Balichas Puig (3 julio) / Agilimento - Estanislao Barach Puig (10 julio) / Nudos mentales - Bernardo Stamateas Puig (17 julio) / El camino de la felicidad - Jorge Bucay (24 julio) / Desdramatizar - Ángel Largo (31 julio) / Curarse en salud - Frédéric Saldmann (7 agosto) / No te ahogues en un vaso de agua - Richard Carlson (14 agosto)

Promoción válida en Comunidad de Madrid y Andalucía. Atención al cliente 91 111 99 00.

ÁNGEL LARGO GARCÍA

DESDRAMATIZAR en la vida y en el trabajo

LO QUE NADIE TE HA CONTADO
SOBRE CÓMO DEJAR DE SUFRIR
Y VIVIR APASIONADO



 **EXIT**
Editorial

Si crees que este libro puede servirte: **Cómpratelo**
Si crees que le puede servir a alguien al que quieres o aprecias: **REGALASELO**



¡¡¡MUCHAS GRACIAS!!!

BLOG: WWW.AGELLARGO.COM

HUMOR Y PRODUCTIVIDAD: WWW.HUDIPRO.COM

TWITER: [@AngelLargo1970](https://twitter.com/AngelLargo1970)

EMAIL: alargo@hudipro.com