

**CURSO PRESENCIAL:**

# HERRAMIENTAS DE RESILIENCIA EN DESAFÍOS ACTUALES



**GESTIÓN EMPRESARIAL**

## INFORMACIÓN IMPORTANTE

**Fechas:** 25, 26 y 27 de marzo de 2025

**Sesiones:** martes, miércoles y jueves

**Horarios:** De 19:00 a 22:00 hrs.

**Modalidad:** Presencial

**Inversión:** Bs. 840.-

**Contacto:** Ronie Kruklis

Telf. 3464000 (int. 218)

Cel. 62100810 - email: cenace@upsa.edu.bo

## OBJETIVO

El objetivo es proporcionar a los participantes, las herramientas prácticas, estrategias psicológicas y dinámicas grupales necesarias para fortalecer su capacidad de resiliencia personal y colectiva, permitiéndoles adaptarse, gestionar el estrés y prosperar frente a los desafíos laborales y personales en un entorno dinámico y en constante cambio.

## PÚBLICO OBJETIVO

El curso está dirigido a profesionales de diversas áreas e industrias, desde líderes y gerentes hasta colaboradores y emprendedores, que buscan fortalecer su capacidad de resiliencia para enfrentar desafíos laborales y personales en entornos dinámicos y complejos. Es ideal para quienes desean desarrollar habilidades de adaptación, manejo del estrés y trabajo en equipo.

## CARGA HORARIA

9 horas reloj

## METODOLOGÍA

El desarrollo de competencias se llevará adelante a través de sesiones de capacitación con metodologías 100% prácticas.

Actividades posteriores a las sesiones con lecturas de apoyo. Análisis de casos. Trabajos prácticos y respuesta a consultas por parte del instructor.

**CURSO PRESENCIAL:**

# HERRAMIENTAS DE RESILIENCIA EN DESAFÍOS ACTUALES



**GESTIÓN EMPRESARIAL**

## CERTIFICACIÓN

En respuesta a la era de la Transformación Digital, integramos las credenciales digitales con tecnología Blockchain en el reconocimiento de logros adquiridos por los participantes de nuestras capacitaciones de Educación Continua, destacándonos como pioneros en Bolivia.

Este curso ofrece un **certificado digital de asistencia con tecnología Blockchain** que reconoce las habilidades y conocimientos adquiridos; para obtenerlo, es necesario completar el curso cumpliendo con el requisito de una asistencia mínima del 80%.

Este tiene las siguientes características:

- **Metadatos Integrados:** Cada credencial digital contiene datos que describen la información clave sobre la certificación, incluyendo los criterios de otorgamiento.
- **Tecnología Blockchain:** Esta tecnología proporciona un registro inmutable y seguro de cada credencial emitida, lo que impide su falsificación o alteración.
- **Verificación en tiempo real:** Pueden ser verificadas en tiempo real a través de un enlace web o un código QR.
- **Sociabilización:** El titular puede compartir sus credenciales directamente en plataformas profesionales como LinkedIn, en redes sociales, o incluirlas en sus firmas de correo electrónico.

## RESULTADOS ESPERADOS

Al finalizar el curso, los participantes habrán fortalecido su resiliencia personal y colectiva desarrollando habilidades prácticas para gestionar el estrés, la incertidumbre y el cambio, así como técnicas efectivas de comunicación y trabajo en equipo. También contarán con un plan de acción personal que les permitirá enfrentar futuros desafíos con mayor confianza y optimismo, promoviendo un ambiente colaborativo y adaptativo.

## CONTENIDO MÍNIMOS

### Resiliencia

- Introducción a la resiliencia.
- Factores clave de la resiliencia.
- Las 4 dimensiones de la Resiliencia

**CURSO PRESENCIAL:**

# HERRAMIENTAS DE RESILIENCIA EN DESAFÍOS ACTUALES



**GESTIÓN EMPRESARIAL**

- Estrategias para construir y mantener resiliencia
- Explicación de contextos VUCA y BANI

## **Estrategias psicológicas para la Resiliencia.**

- Regulación emocional.
- Mindfulness en el entorno profesional.
- Creencias limitantes: cómo identificarlas y transformarlas.
- Comunicarse de forma efectiva en tiempos complejos.

## **Habilidades prácticas para la resiliencia.**

- Toma efectiva de decisiones en tiempos complejos o de incertidumbre.
- Adaptación al cambio.
- Resiliencia práctica: Planificación y ejecución.
- Mapas mentales para el diseño de planes frente a desafíos.

## **Resiliencia Colectiva y Trabajo en Equipo.**

- Dinamismo de equipo.
- Construyendo redes de apoyo.
- Motivación y Compromiso.
- Comunicación y empatía.
- Delegación Efectiva.
- Trabajo en equipo en tiempos complejos.

## **INSTRUCTOR**

### **Mauricio R. Olea Reque**

Psicólogo Organizacional y Especialista en Recursos Humanos con más de 25 años de experiencia, reconocido por su enfoque estratégico en la gestión del talento a través del “Enfoque de Competencias”.

**CURSO PRESENCIAL:**

## **HERRAMIENTAS DE RESILIENCIA EN DESAFÍOS ACTUALES**



**GESTIÓN EMPRESARIAL**

Conferencista inspirador y facilitador dinámico, experto en temas de coaching, liderazgo, comunicación, team building, motivación, gestión del cambio, desarrollo personal, clima y cultura organizacional.

Coach Certificado por I.I.C.P (Instituto Internacional de Coaching Profesional), ICMF (International Coaching and Mentoring Federation), ACCA (Academia de Coaching y Capacitación Americana, y CCG (Coaching Consulting Group), con certificaciones en Coaching Ontológico, Coaching Ejecutivo, Coaching Sistémico y Life Coaching.

Master Practitioner en PNL (Programación Neuro-lingüística) certificado por la Universidad de California – EEUU. Profesional MindSonar Certificado por el Instituto de Psicología Ecléctica de Holanda, especialista en medir estilos y patrones de pensamiento a nivel individual y grupal.

Certificado como Mentor para el desarrollo personal por la Red Global de Mentores (RGM). Comunidad certificadora e integradora de Mentores Profesionales a nivel mundial.

Reconocido como Líder Transformacional por el Círculo de Excelencia de Coaches Certificados en Bolivia.

Durante su trayectoria fue integrante de la Red de Capacitadores del programa global “BUSINESS EGDE” (IFC del BANCO MUNDIAL), miembro de la Red de Mentores para el desarrollo del emprendedurismo en Bolivia y Latinoamérica LATIO-6, y profesional especialista en procesos de Reclutamiento, Selección, Administración, Capacitación, Planeamiento y Desarrollo del Talento Humano en diversas empresas tanto del entorno boliviano como internacional.

Ha participado de distintos programas orientados a generar cambios culturales, donde principalmente destacan: la Escuela de Líderes®, que ha sido premiada como MEJOR PRÁCTICA DE GESTIÓN HUMANA EN BOLIVIA por la ASOBOGH (Asociación Boliviana de Gestión Humana). Se desempeñó también como Coach Personal y Líder de Proyecto del Programa de Formación de Líderes de YPFB Refinación. Formó parte del equipo para el diagnóstico de Cultura QHSE en el Área de Operaciones de SOBOCE, así como del Estudio de Riesgo Percibido en personal de los distintos activos pertenecientes a PETROBRAS BOLIVIA.