

**CURSO ONLINE:**

# **BIENESTAR EMOCIONAL EN LAS ORGANIZACIONES**



**GESTIÓN EMPRESARIAL**

## **DESCRIPCIÓN**

No se puede separar el mundo de emocional de las personas y por consecuencia tampoco de las organizaciones.

Cada vez son más las empresas que trabajan sobre el Bienestar Emocional de sus colaboradores y reconocen los impactos positivos que esto tiene en la productividad y el rendimiento de sus colaboradores.

La motivación, voluntad, la creatividad o por ejemplo la innovación pertenecen al mundo emocional, aprender a gestionarlas y hacer que trabajen a nuestro favor es una de las competencias más importantes que cualquier colaborador debe desarrollar.

## **OBJETIVOS DEL CURSO**

- Aprender para qué sirven las emociones y que tipos de emociones existen.
- Identificar emociones expansivas y emociones que cierran posibilidades.
- Aprender a gestionar las emociones propias y de los colaboradores.
- Aprender a diseñar espacios emocionales desde el liderazgo.
- Aprender a escuchar de forma activa y más allá de las palabras.
- Identificar qué barreras se presentan a la hora de escuchar.
- Identificar los distintos niveles de escucha.
- Desarrollar espacios de conversación para movilizar equipos.
- Entender cómo los cambios impactan en las emociones y qué resistencias aparecen.

## **PÚBLICO OBJETIVO**

Dirigido a líderes, jefes, mandos medios, colaboradores de RRHH o cualquier persona que necesite adquirir habilidades para gestionar equipos y generar espacios de bienestar emocional dentro de las organizaciones para impactar de forma positiva en el rendimiento y la productividad.

## **DURACIÓN**

Ocho (8) horas reloj.

**CURSO ONLINE:**

# **BIENESTAR EMOCIONAL EN LAS ORGANIZACIONES**



**GESTIÓN EMPRESARIAL**

## **METODOLOGÍA**

Cuatro (4) sesiones de dos (2) horas reloj, con sesiones en vivo a través de casos, test y ejercicios los participantes tendrán una participación activa en el taller.

## **CONTENIDO**

- ¿Qué son las emociones? ¿Para qué sirven?
- Relación entre emociones y creencias limitantes
- Liderar las emociones y la gestión emocional
- Conversaciones que conectan con otros y movilizan equipos
- Modelo del Observador: enfoque único y enfoque múltiple
- La escucha que conecta con otros
- ¿Qué factores aparecen que limitan mi propia escucha?
- Niveles de escucha
- ¿Qué es conversar y comunicar? ¿Cómo nos aseguramos que nuestro mensaje llegue de forma correcta?
- Inmunidad al cambio ¿por qué las personas se resisten a cambiar?
- Diseño de espacios emocionales que abran posibilidades

## **INSTRUCTORA**

### **Ana Carolina Guerreschi**

Coach Ontológico Empresarial - Newfield Consulting - Chile. Mentora Certificada - Universidad Adolfo Ibáñez - Chile. Contadora Pública - Córdoba, Argentina. Se dedica a acompañar a las personas y organizaciones en sus procesos de toma de consciencia para mejorar el Bienestar físico y emocional a través del Coaching Ontológico. Cree profundamente en el poder que todos tenemos para elegir la vida que queremos vivir, sólo que a veces necesitamos alguien que nos acompañe a redescubrirnos.