



COPARMEX®
CHIHUAHUA

Programa de Liderazgo Positivo y Seguridad Psicológica

Impartido por Rocío Ruiz Montoya

Este programa integral brinda herramientas prácticas y emocionales para transformar el ambiente laboral y fomentar el bienestar en tu organización.

Dirigido a:

Líderes, mandos medios, responsables de talento humano y toda persona interesada en desarrollar equipos saludables y efectivos.

Módulos del programa:

Cada módulo tiene una duración de 8 horas (2 sesiones de 4 horas)

Horario: 9:00 am a 1:00 pm

1. Desarrollo humano e inteligencia emocional

20 y 23 de Octubre

Lo más importante en cualquier ámbito, personal y profesional, es el equilibrio emocional con el que se cuenta, ya que no podemos realizar ninguna actividad bien en su totalidad sin tener este balance en nuestra persona. En las organizaciones lo más importante son las y los colaboradores, ya que sin ellos es imposible operar la empresa, es por eso que centrarse en el capital humano y fortalecerlo es fundamental.

El desarrollo humano y la inteligencia emocional son conceptos que se relacionan entre sí e igualmente importantes, no solo para el manejo de las emociones y autocontrol, sino para el logro del bienestar subjetivo, e incluso, la felicidad.

Temas:

- Panorama actual
- Desarrollo humano y paradigmas
- Sanando heridas de infancia
- Inteligencia emocional y balance
- Ansiedad y autocontrol
- Yo Bio-Psico-Social-Espiritual

2. Administración del tiempo y gestión del cambio

26 y 27 de Noviembre

Este módulo nos centra en ver la importancia de una buena organización en nuestro tiempo, tanto en lo personal como en lo profesional; con la finalidad de lograr una excelente proactividad. Nos ayuda a dejar de temerle al cambio y adoptarlo como parte de nuestra evolución y crecimiento personal y profesional, siendo así parte fundamental de un equipo productivo y actualizado.

Temas:

- El valor y los ladrones de tiempo
- Matriz de gestión de tiempo
- Resistencia al cambio: la otra cara
- Hábitos y esquemas repetitivos
- Adaptación y necesidad del cambio
- El cambio gestionado

3. Liderazgo positivo

17 y 18 de Diciembre

Para estar al frente de un equipo o influir positivamente necesitas ser un líder; y eso requiere seguir alimentando ambos aspectos de tu persona: inteligencia emocional y preparación profesional. En este taller trabajaremos a fondo con estos temas para desarrollarlos de manera efectiva.

Temas:

- Estilos de liderazgo
- Líder creativo es igual a líder efectivo
- 10 competencias de un buen líder
- Toma de decisiones
- Ejes de poder
- Ambiente y sinergia
- Elementos básicos de liderazgo



COPARMEX®
CHIHUAHUA

4. Comunicación y estrategias de feedforward

14 y 15 de Enero

Al término de este módulo los asistentes se sensibilizarán al desarrollo de actitudes de apertura, flexibilidad y asertividad en su comunicación interna y externa, a través de su participación activa.

Les proporciona habilidades básicas y fundamentales para asegurar una comunicación efectiva en los planos laboral, profesional, social y personal; lo que favorece el éxito en sus relaciones interpersonales y demás ámbitos de vida.

Temas:

- Comunicación positiva
- Estrategias de comunicación positiva
- Reconocimiento
- Retroalimentación correctiva
- Del feedback al feedforward
- Beneficios del feedforward
- Modelo de feedforward REPAIR
- Conversaciones con orientación al futuro

5. Auxilio psicológico y detección de casos

18 y 19 de Febrero

En este módulo los líderes sabrán la manera correcta de proporcionar apoyo a personas en situación de crisis, facilitando que la persona se sienta escuchada y comprendida. Se fomentará la expresión de sentimientos y la ventilación de emociones negativas como el miedo, la tristeza, la angustia o el enfado.

También aprenderán a ser el nexo de unión con recursos de ayuda, brindando orientación sobre qué hacer y cómo hacerlo.

Temas:

- Principios básicos de los primeros auxilios psicológicos
- Reacciones cognitivas ante una crisis
- Reacciones físicas ante una crisis
- Recomendaciones básicas para la atención de crisis emocionales
- Estrés y sus consecuencias
- Mindfulness

Inversión:

Socios COPARMEX

Individual: \$15,000 por persona

Grupos (3 o más): \$13,500 por persona

No Socios

Individual: \$18,000 por persona

Grupos (3 o más): \$16,200 por persona

Información y registro:

Correo: capacitacion@coparmexchihuahua.org

WhatsApp: **614-247-6880**
