

BöWee

Activamos el bienestar laboral

Formaciones

AUTO-LIDERAZGO Y CLIMAS LABORALES POSITIVOS

FORMACIÓN A MEDIDA, CIENTIFICA Y DE IMPACTO

AREA DIRECTIVA RRHH



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE MEJORAR TU AMBIENTE DE TRABAJO?

Mejorando el CLIMA LABORAL permite sentirte más eficiente, productivo y motivado.

Mejorando y desarrollando una atmósfera positiva puede hacer que NUESTROS TRABAJADORES SE sientan más entusiasmados por asistir al trabajo, COLABORAR, innovar y completar proyectos

Los departamentos de RRHH tradicionales, se limitaban a diseñar y construir planes formativos para "recursos humanos", "capital humano" o "talento", pero rara vez para "personas".

Hoy las empresas líderes que están reteniendo más talento y están reportando mejores cuentas de resultados, se encuentran en una transformación de humanización, con jefes más empáticos y comprometidos con sus equipos, donde se tiene en cuenta sus opiniones en la toma de decisiones y se valora su capacidad creativa e innovadora como principal impulsor de la productividad y competitividad de la organización.

En el entorno laboral actual, la colaboración es la nueva ventaja competitiva. Es la piedra angular para crear un clima laboral positivo y respetuoso donde todos puedan alcanzar su potencial. Los empleados quieren un ambiente de trabajo donde sientan que aportan lo mejor de sí mismos para hacer su mejor trabajo: un lugar de trabajo donde se sientan valorados, donde la comunicación sea colaborativa y cortés, y las personas sean tratadas con respeto.

Nuestras acciones formativas a medida, están basadas en **ciencia de impacto**. Vivir una Vida Mejor desde la empresa es posible y necesario si lo que buscamos es crear una cultura de eficacia y sostenibilidad dentro de la empresa.



UN BUEN CLIMA LABORAL, SE HACE.

¿TE UNES A LA TRANSFORMACIÓN?

Existen ya suficientes datos científicos, donde se dice que la responsabilidad más importante de RRHH hoy día es:

“LA RESPONSABILIDAD MORAL CON LAS PERSONAS”



En promedio, los empleados pasan más de 33 horas a la semana en la oficina. El entorno de trabajo adecuado puede tener un efecto significativo en la moral, la retención, la salud, el bienestar y la productividad de los empleados.

Si los empleados se presentan diariamente a un clima laboral "mejorable" en la oficina, algo debe cambiar. Mejorar su clima laboral es fundamental para garantizar el éxito de la organización a largo plazo.

Cultivar un ambiente de trabajo positivo, donde se entrena el auto-liderazgo, la resolución de conflictos, nuestra forma de comunicar, son de las mejores formas de garantizar la satisfacción de los empleados y, por lo tanto, es fundamental para el éxito de su organización.



¿TE GUSTARÍA SER EL TIPO DE TRABAJADOR CON EL QUE TUS COMPAÑEROS Y JEFES QUIERE TRABAJAR, QUE SE AUTO-LIDERA EFICAZMENTE Y AYUDA A CO-CREAR UN AMBIENTE DE TRABAJO POSITIVO Y DE APOYO?



¿COMO?

Mediante sesiones presenciales u online.

Duración: 2 horas semanales durante 13 semanas (26 horas).

¿QUIÉN?



Nuestra formadora es, Luciana Whizar, Diplomada en Administración de Empresas, certificada como Happiness at the Workplace Expert (Experta en Bienestar y Felicidad organizacional), y Happiness Coach (coach de la Felicidad), se formó en Ciencias de la Felicidad con el catedrático de la Universidad de Harvard, el Dr. Tal Ben Shahar. Cuenta con más de 17 años de experiencia, impartiendo soluciones formativas dentro de las organizaciones más representativas en la provincia.

Su misión es colaborar en la transformación de la humanización de las empresas co-creando equipos más felices para poder ser más productivos, utilizando herramientas científicas y medibles de la neurociencia y psicología positiva.

¿QUÉ APRENDERÁS?

- Conocerás las mejores prácticas para crear un ambiente de trabajo positivo.
- Aprenderás los beneficios de co-crear una fuerza laboral positiva y comprometida, sus características y los pasos concretos para crear una.
- Explorarás cómo reconocer los signos y los impactos de la negatividad y cómo tomar medidas correctivas si es necesario para involucrarte de una manera emocionalmente inteligente.
- **Conocerás mejor tu cerebro**, los porqués detrás de tu estilo de gestión y desarrollarás tus habilidades para hacer mejor lo que haces.
- Aprenderás hábitos de **auto-liderazgo positivo** para ti, tu equipo si lo tienes y tu organización.
- Utilizaremos la **psicología positiva y la neurociencia** para incrementar tu productividad y felicidad dentro y fuera del trabajo.
- **Ejercicios Prácticos.** En cada sesión el alumno contará con ejercicios de deberes y reflexión.
- Te ayudaremos a **superar tus desafíos comunes** de auto-liderazgo y estar motivado para avanzar hacia tu grandeza, tanto dentro como fuera del trabajo.



En este curso, aprenderemos herramientas para mejorar nuestro liderazgo personal y a su vez mejorar nuestro entorno de trabajo para el éxito a largo plazo de todos.

CONTENIDOS

MÓDULO 1. CEREBRO Y LIDERAZGO. HABLEMOS DE SER MÁS FELIZ. AUTO-LIDERAZGO SOSTENIBLE

- Definición de felicidad. Sus mitos y creencias
- ¿Medimos tú felicidad?
- El cerebro feliz. Componentes y niveles de bienestar según la psicología positiva y la neurociencia.
- Equipos más Productivos y Creativos: Felicidad organizacional y felicidad en el trabajo.
- Bienestar y Salud: Beneficios de Vivir en más Equilibrio.
- Hoja de Ruta para un Trabajador Más Feliz. Micro-hábitos para ser más feliz dentro y fuera del trabajo.

MÓDULO 2. INTRODUCCIÓN AL AUTO-NEURO-LIDERAZGO

Identifica quién eres cómo auto-líder, tus actitudes y aptitudes.

- Definición de auto-liderazgo. Sus mitos y creencias.
- ¿Qué tipo de trabajador eres?
- El liderazgo y la neuroplasticidad del cerebro.
- Hábitos que cambian los circuitos neuronales que permiten cambios reales en cómo trabajamos.
- El núcleo de una cultura eficaz: ¿por qué poner a las personas en el centro de lo que haces?



MÓDULO 3. ESTILOS DE COMUNICACIÓN

- Comunicar con mas amabilidad, mayor impacto y eficacia.
- Comprende tu estilo de comunicación, cómo puede ser percibido por los demás y cómo adaptarlo para trabajar con más éxito con los demás y fomentar un entorno laboral mejor.

MÓDULO 4. SEGURIDAD PSICOLÓGICA

- Crear Seguridad Psicológica en el trabajo para posibilitar un alto desempeño, generando confianza y credibilidad dentro de la organización.

MÓDULO 5. AUTOLIDERAZGO Y GESTIÓN DE EMOCIONES. Inteligencia Emocional y Neurobienestar

- Desarrolla tu Inteligencia Emocional, a través de la comprensión de cómo funciona tu cerebro.
- Conecta con tus propósitos e identifica la forma en la que tus creencias, miedos y hambres con frecuencia dificultan el logro de tus propósitos y tu avance en desafíos de auto-liderazgo.

MÓDULO 6. INTRODUCCIÓN AL COACHING

Conseguir lo mejor de tu equipo y colaboradores

- Escuchar para comprender, en lugar de ser comprendido
- El núcleo de un gran liderazgo. Entrenar a tu equipo para empoderarlos y que encuentren sus propias soluciones.
- Tu papel como Coach/ entrenador.
- Practicar Coaching y recibir Caaching.

MÓDULO 7. REUNIONES UNO-A-UNO Y SU FEEDBACK (retroalimentación)

- Reuniones one to one eficaces: que son, por qué establecer una agenda, que se debe discutir.
- Beneficios para proporcionar comentarios positivos.
- La asertividad en la retroalimentación.

MÓDULO 8. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS. CONVERSACIONES QUE IMPORTAN.

Mejora tus relaciones profesionales, a través, de tus conversaciones.

- Técnicas para preparar una conversación importante.
- Transforma la ira y los sentimientos heridos en un diálogo que empodere.
- Seguridad en la comunicación.
- Ser persuasivo, no abrasivo.

MÓDULO 9. STRESS Y ANSIEDAD

- La Comprensión en el manejo del estrés y la ansiedad.
- Técnicas para reducir el estrés y la ansiedad.
- Superar el estrés es esencial para mantener una salud óptima.

MÓDULO 10. TRANSFORMANDOTE EN UN TRABAJADOR MULTIPLICADOR

- Habilidades para convertirte en un trabajador que co-crea un mejor ambiente laboral y potencia sus destrezas.



iWORK HAPPY!

MÓDULO 11. AUTONOMÍA Y FELICIDAD

- Pautas de confianza y autonomía, para crear una verdadera propiedad del trabajo.
- Diferencias entre rendir cuentas y responsabilidad.
- Trabajar y Delegar con más éxito.
- Aprobación previa: ¿qué es?, cuáles son sus beneficios y como implementarla.

MÓDULO 12. TRABAJAR Y COLABORAR CON PROPÓSITO E IGUALDAD

- Identifica el Propósito y visión de tu puesto de trabajo.
- Elabora un plan de acción personal para ser más feliz y coincidir mejor trabajo y vida personal.

MÓDULO 13. REFLEXIÓN DEL CURSO Y PLAN DE ACCIÓN

"Entrena tú mente para
trabajar y vivir más
FELIZmente"



info@bowee.es



666 93 77 16



www.bowee.es



@boWee.granada



BöWee



@boWee.granada

