



PROPOSTES DE FORMACIÓ i COACHING

ANY 2017-2018

DESENVOLUPAMENT HUMÀ

www.desenvolupamenthuma.com

TERESA PUYOL i DANIEL LLAUDET

teresa@desenvolupamenthuma.com

daniel@desenvolupamenthuma.com



<https://www.facebook.com/DesenvolupamentHuma>

<u>ÍNDEX DE FORMACIONS:</u>	Pàgina
ANÀLISI i MILLORA DEL CLIMA EMOCIONAL EN ELS EQUIPS DE TREBALL	4
L'APRENTATGE DE L'ASSERTIVITAT i CONFIANÇA PERSONAL	6
QUALITAT DE VIDA i GESTIÓ POSITIVA DE L'ESTRÈS EMOCIONAL	7
LIDERATGE i COHESIÓ en els EQUIPS DE TREBALL	8
TALLER DE RELACIONS HUMANES i COMUNICACIÓ	9
DISTANCIAMENT EMOCIONAL	10
GESTIONAR CREATIVAMENT EN TEMPS DE CRISI	11
MIRADA HOLÍSTICA ALS CONFLICTES	12
PREVENCIÓ i GESTIÓ DE CONFLICTES AMB USUARIS	13
POTENCIAR ELS PROPIS TALENTS EN MOMENTS DIFÍCILS	14
TALLER D'APRENTATGE SOBRE ELS "SIS BARRETS PER PENSAR"	15
GESTIÓ EFICAÇ DEL TEMPS	16
PERSUASIÓ I INFLUÈNCIA: TÈCNIQUES I ESTRATÈGIES	17
ENTRENAR LA MENT: Mens sana in corpore SANO	18
COM DONAR FEEDBACK DE MANERA EFICIENT a través del MANAGEMENT FUNCIONAL	19

MORFOPSIKOLOGIA	20
CONSTEL·LACIONS ORGANITZACIONALS	21
EL COACHING COM A EINA METODOLÒGICA EN L' ÀMBIT DEL TREBALL SOCIAL I DE RECURSOS HUMANS	22
SELECCIÓ DE PERSONAL	23
ELS NOSTRES SERVEIS	24
METODOLOGIA	25

"ANÀLISI I MILLORA DEL CLIMA EMOCIONAL EN ELS EQUIPS DE TREBALL**FACTOR P.I.B.F"**

Estem en un moment important de la història de la col·lectivitat, on el vells paradigmes de la visió de les organitzacions estan en qüestionament. Les retallades, la incertesa, els canvis sobtats d'objectius, les reestructuracions constants, etc., generen impactes emocionals i estrès en els col·laboradors de les organitzacions, provocant una desmotivació, bastant generalitzada, una disminució en la rendibilitat de la feina i alhora més riscos psicosocials.

Les organitzacions, no poden permetre augmentar més la insatisfacció en els equips de treball, a causa de febleses en les capacitats de les persones que els lideren.

És un moment clau per prendre, encara més consciència, dels estils de lideratge que s'estableixen o bé encara no s'accepten en les organitzacions.

Si aquests estils aporten un increment en l'índex de satisfacció o "felicitat" P.I.B.F. (Producte Interior Brut de Felicitat), ens podem felicitar, perquè estem caminant a crear organitzacions intel·ligents, emocionalment parlant, però si aquest índex - P.I.B.F. - (quantificat a través de les avaluacions dels riscos psicosocials) és baix, significa que cal un procés de millora dels dirigents de l'organització. Les persones que tenen la responsabilitat de dirigir els equips de treball, són les primeres que s'han de comprometre en aquest procés de millora per incrementar aquest P.I.B.F. Els propis directius es poden trobar en una situació de manca de recursos per tal d'afrontar i superar les situacions de desmotivació i gestió dels canvis, provocant alhora una manca de satisfacció en la seva tasca.

En aquesta situació és necessari desenvolupar competències de lideratge motivacional que generin més satisfacció en els col·laboradors, per tal d'aconseguir dels resultats desitjats. Cal impregnar a les organitzacions, a través dels seus dirigents, d'un clima d'optimisme i positivisme, generant confiança per sentir-nos compromesos en la superació dels reptes. Millorant el clima emocional de treball, facilitarem la millora en la consecució d'objectius.

La proposta que presentem es focalitza en el desenvolupament d'una millora en les competències de lideratge, per tal d'aconseguir una major motivació i autonomia en els equips de treball.

Crear organitzacions intel·ligents i madures és una responsabilitat de tots els seus dirigents, però tot l'equip hi d'estar compromès: Des del conserge, fins el jeràrquic més elevat . En aquest camí, els dirigents tenen la màxima responsabilitat de conduir l'organització i de la mateixa manera que "un bon mariner es demostra quan la mar està brava", un bon líder es demostra quan hi ha dificultats o crisis en la seva organització i en l'entorn. Així doncs, aquestes persones han de ser un model d'integritat i coherència per arribar a bon port. És per aquest motiu que de les competències més importants per tenir èxit és el lideratge transformacional.

El factor més important que cal impregnar a les organitzacions és la confiança. Desenvolupar la confiança, és acompanyar al líder a alimentar-se i inspirar-se des de la confiança pròpia i la dels altres, per generar il·lusió i esperança en el seu equip.

⇒ La metodologia proposada per aquest acompanyament en el procés de millora es basarà en tres àrees bàsiques:

- Autolideratge: Reforçar l'apoderament personal
- Lideratge d'equips per crear equips cohesionats
- Afrontar els canvis amb èxit

Constarà de trobades de coaching grupals i personals on es reflexionaran sobre els èxits i dificultats en l'aplicació de les següents capacitats, cercant estratègies i recursos tant a nivell grupal com a nivell individual :

- ♦ Estil del líder motivacional
- ♦ Comunicació assertiva
- ♦ Inspirar confiança des de la pròpia autoconfiança
- ♦ Crear equips cohesionats
- ♦ Consecució dels objectius plantejats
- ♦ Gestió ecològica emocional
- ♦ Fomentar la creativitat
- ♦ Prevenció i resolució de conflictes
- ♦ Generar excel·lència
- ♦

▶▶ Estat actual: Diagnòstic de la situació envers al propi equip i les relacions entre els diferents comandaments del Departament.

▶▶ Estat desitjable: Definir la situació de com es voldrien sentir. Visió

▶▶ Quins són els valors que s'haurien d'expressar en l'organització?

▶▶ Identificació de les competències i recursos a millorar respecte a la funció del lideratge

▶▶ Seguiment de la implementació del pla de millora a través del feedback 360°. P.M.P (Pla de millora Personal)

"L'APRENTATGE DE L'ASSERTIVITAT I CONFIANÇA PERSONAL"

L'Assertivitat és la fermesa, la seguretat personal i la confiança en un mateix/a. Ser capaç de dir "sí" quan decidim dir sí, i dir "no" quan volem dir no.

És la llibertat de decidir, amb responsabilitat i respecte, el que volem fer de la nostra vida.

Ser assertiu significa ser capaç d'expressar-se amb seguretat, sense haver de recórrer a subterfugis, comportaments passius, agressius o manipuladors.

Per tenir un comportament assertiu, primer cal tenir una bona Autoestima.

Ser assertiu significa ser honest i congruent amb un mateix/a i amb els altres.

Comportar-se assertivament és fonamental per tal d'establir relacions positives, de respecte i tolerància, en l'àmbit personal, familiar i professional.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Definir el concepte de l'assertivitat
- Identificar els punts forts personals
- L'autoestima com a base de l'assertivitat
- Desenvolupar la intel·ligència emocional
- Identificar les posicions bàsiques en les nostres interrelacions
- Conèixer els tres estats de la personalitat
- Identificar les relacions interpersonals negatives
- Definir els requisits necessaris de la comunicació assertiva
- Definir els aspectes positius i negatius de la crítica

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ♦ El concepte d'assertivitat
- ♦ L'autoestima i intel·ligència emocional
- ♦ Posicions bàsiques personals
- ♦ Els tres estats del "jo"
- ♦ Els rols psicològics en les interrelacions
- ♦ La comunicació assertiva
- ♦ La crítica constructiva i destructiva
- ♦ Especificació d'objectius
- ♦ La necessitat bàsica de reconeixement
- ♦ La responsabilitat personal

"QUALITAT DE VIDA I GESTIÓ POSITIVA DE L'ESTRÈS EMOCIONAL"

La finalitat d'aquesta acció formativa és incrementar habilitats personals, per tal de preveure, afrontar i canalitzar de manera més saludable i ecològica, les situacions negatives de l'entorn personal i laboral.

Aprendrem a incorporar recursos, tècniques i estratègies per tal de poder arribar a un estat de més serenitat i benestar personal.

Aprendrem a connectar amb les nostres emocions i desenvolupar recursos per canalitzar-les ecològicament.

Aprendrem diferents tècniques de relaxació i respiració.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Conèixer el concepte de l'estrès, tipologia i el seu origen
- Identificar les causes de l'estrès negatiu
- Desenvolupar recursos personals per tal de gestionar ecològicament les situacions negatives des de l'àmbit:
Mental // Emocional // Físic
- Saber practicar tècniques de relaxació física i de visualització
- Prendre consciència de que podem incrementar la seva qualitat de vida, tant a nivell personal com professional.

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats, es treballaran els continguts següents:

- ♦ El concepte holístic de la salut
- ♦ Conèixer el concepte de l'estrès, tipologia i l'origen
- ♦ Conèixer la reacció del nostre cos davant de situacions d'estrès
- ♦ Personalitat i estrès
- ♦ Funcionament del cervell tripartit i l'amígdala (central d'alarmes)
- ♦ Les emocions bàsiques i la simptomatologia
- ♦ Vibració i energia emocional
- ♦ Estratègies i recursos ecològics emocionals
- ♦ Tècniques de relaxació i visualització
- ♦ La pràctica sofrològica i mindfulness
- ♦ Respiració conscient
- ♦ Fonaments de la salut

"LIDERATGE i COHESIÓ en els EQUIPS DE TREBALL"

Aquest taller és una proposta d'aprenentatge que té com objectiu bàsic prendre consciència dels comportaments que tenim com a líders i analitzar el resultat que obtenim amb els nostres col·laboradors.

La finalitat d'aquesta formació és **aprendre a ser líders**, desenvolupar i incorporar coneixements, habilitats, actituds,... que facilitin desenvolupar competències emocionals per tal de crear equips cohesionats.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Prendre consciència del valor personal com a líders
- Analitzar dels comportaments que tenim com a líders i els resultats que obtenim
- Reconèixer les tendències i mapes personals
- Identificar els diferents rols en les relacions de dependència
- Identificar els requisits per treballar en equip
- Incorporar recursos per tal de millorar l'assertivitat i habilitats directives.
- Desenvolupar habilitats de comunicació: La calibració, l'empatia, la flexibilitat i l'escolta activa.
- Definir un pla de millora com a líders

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ♦ El líder assertiu
- ♦ Les relacions negatives
- ♦ Prototips personals: "Liderar amb la dreta i administrar amb l'esquerra"
- ♦ L'excel·lència en la comunicació
- ♦ Definició de la visió, missió i objectius
- ♦ La sinèrgia: Formules de col·laboració
- ♦ Motivar amb coherència amb els valors
- ♦ Saber delegar
- ♦ El líder com a model humà: El management del mirall
- ♦ Desenvolupar la creativitat

"RELACIONS HUMANES I COMUNICACIÓ"

Aquest taller pretén prendre consciència de com ens relacionem, dels comportaments que tenim en la nostra relació amb els altres companys i els resultats que aconseguim.

Per generar unes bones relacions afectives cal aprendre a desenvolupar l'assertivitat i la intel·ligència emocional. Saber aplicar els requisits de la comunicació assertiva per tal de millorar la comunicació entre els diferents membres de l'equip, a partir de la detecció de les interferències i malentesos en la comunicació.

Identificar les elements per treballar amb sinergia i fomentar relacions de guanyar-guanyar

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Saber definir el concepte d'assertivitat i intel·ligència emocional
- Identificar els punts forts personals i aspectes a millorar
- Identificar les posicions bàsiques en les nostres interrelacions
- Conèixer els tres estats de la personalitat
- Identificar les relacions interpersonals negatives
- Reconèixer les tendències personals
- Conèixer habilitats de comunicació excel·lent, intra i interpersonals
- Prendre consciència de la necessitat de reconeixement positiu

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ♦ El concepte d'assertivitat, l'autoestima i intel·ligència emocional
- ♦ Els tres estats del "jo"
- ♦ Els rols psicològics en les interrelacions
- ♦ Prototips personals i tendències psiconeurològiques
- ♦ La comunicació i tipus de comunicació
- ♦ Els fonaments de la comunicació assertiva
- ♦ Treballar en sinergia: Binomi guanyar – guanyar
- ♦ La necessitat bàsica de reconeixement

"DISTANCIAMENT EMOCIONAL"

Davant de les situacions de desbordament emocional en les interrelacions que establim amb els companys de feina i/o ciutadans, cal desenvolupar recursos i tècniques de distanciament emocional, per tal de poder establir unes relacions de respecte i empatia a través de la comunicació assertiva.

Aquest curs pretén que els participants prenguin més consciència dels estats d'ànim que poden causar els pensaments negatius. Desenvolupar la responsabilitat de les pròpies conductes, per tal d'afavorir la cohesió en l'equip de treball a través d'una actitud positiva i col·laboradora vers els companys/caps i ciutadans.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Aplicar tècniques que permetin mantenir la suficient distància emocional per realitzar la feina de forma objectiva i amb les mínimes repercussions personals
- Analitzar les pròpies experiències
- Aplicar l'empatia
- Detectar i modificar els pensaments inadequats
- Detectar els símptomes d'ansietat...

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ♦ La distància emocional.
- ♦ Les característiques de les situacions "dures" emocionalment
- ♦ L'empatia.
- ♦ Els pensaments en els estats emocionals.
- ♦ Els pensaments no adaptatius.
- ♦ Els símptomes de l'ansietat.
- ♦ Anàlisi de les pròpies experiències.
- ♦ Aplicació de l'empatia.
- ♦ Detecció i modificació dels pensaments inadequats.
- ♦ Detecció dels símptomes d'ansietat. Pràctica de respiració per controlar símptomes físics de l'ansietat.

"GESTIONAR CREATIVAMENT EN TEMPS DE CRISI"

Estem immersos en una etapa de canvis profunds: Nous estils de lideratge, canvi de valors, incertesa en els llocs de treball, ambient de crisi, reestructuracions organitzatives en l'àmbit laboral ...

Cal afrontar aquesta situació amb nous recursos personals, de relació i comunicació. Pensar amb excel·lència és utilitzar les tècniques del pensament lateral, que ens aporta una amplitud dels diferents punts de vista per tal d'afrontar les dificultats, problemes, decisions o definir projectes.

Per poder-nos comunicar positivament cal desenvolupar la intel·ligència emocional. És necessari identificar els diferents mapes mentals i estils de comunicació per poder generar i crear relacions de confiança i respecte.

Si desenvolupem la intel·ligència emocional podrem generar relacions sinèrgiques.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Prendre consciència dels diferents mapes personals
- Definir estat actual: talents i aspectes a millorar
- Identificar relacions intel·ligents o patològiques
- Conèixer la metodologia del pensament excel·lent
- Definir el nou paradigma des de les relacions de guanyar – guanyar

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ◆ El concepte d' assertivitat, l'autoestima i intel·ligència emocional
- ◆ Prototips personals i tendències psiconeurològiques
- ◆ Relacions intel·ligents i patològiques
- ◆ Els fonaments de la comunicació assertiva
- ◆ La metodologia del 6 barrets
- ◆ Treballar en sinergia: binomi guanyar –perdre
- ◆ Compromís i pla de millora

"MIRADA HOLÍSTICA ALS CONFLICTES"

La finalitat d'aquesta acció formativa, és que els professionals obtinguin eines que els hi serveixin per tenir una mirada holística i sistèmica, de les situacions de conflictes relacionals o dificultats personals. Aquesta mirada serà des de l'àmbit mental, emocional i energètic. Mirarem els conflictes o dificultats a traves de:

- Constel·lacions familiars, emocionals, organitzacionals
- Metodologia del Pensament lateral: 6 barrets per pensar
- Anàlisi Transaccional

Aquesta mirada ens aporta més clarividència per prevenir o gestionar les situacions negatives.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

L'objectiu d'aquesta formació, és tenir una mirada holística a les situacions de conflictives, o bé dificultats que no sabem com abordar. Adquirir eines i estratègies, des de la part més racional i una mirada "quàntica", per tal obtenir informació de com podem re-ordenar les situacions negatives.

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ◆ Els mapes mentals
- ◆ Origen dels conflictes
- ◆ Primer nosaltres, després els altres: Jo, Tu, Nosaltres
- ◆ La personalitat "tripartida"
- ◆ Els rols negatius en les relacions interpersonals
- ◆ Analitzar els conflictes o dificultats des de 6 punts de vista - *Barrets per pensar*
- ◆ Univers quàntic: Les constel·lacions

Aquests continguts es treballaran des de la mirada de les constel·lacions organitzacionals

"PREVENCIÓ I GESTIÓ DE CONFLICTES AMB USUARIS"

Davant de les situacions de conflicte en les interrelacions que s'estableixen amb els usuaris, cal desenvolupar recursos i tècniques de distanciament emocional, per tal de poder establir unes relacions de respecte i empatia alhora que actituds de fermesa, a través de la comunicació assertiva.

Aquest curs pretén que els participants prenguin més consciència dels diferents comportaments humans, tant dels usuaris com dels propis. Incorporar noves actituds per poder canalitzar o modificar les reaccions negatives a través de l'afirmació personal i assertivitat, per tal d'afavorir un clima de diàleg i respecte entre els professionals i els usuaris.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Prendre consciència de les actituds humanes i les reaccions, segons l'energia emocional pròpia.
- Identificar actituds a través de la comunicació verbal i no verbal
- Conèixer com funciona el cervell tripartit i la ment humana, per tal de modificar els comportaments negatius
- Definir els conceptes d'autoestima i assertivitat
- Conèixer i aplicar la metodologia del Pensament Lateral per resoldre conflictes
- Identificar els requisits de l'excel·lència en la comunicació
- Aprendre tècniques, recursos i estratègies de la comunicació assertiva

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ◆ Actituds humanes conflictives: Prototips de personalitat
- ◆ La comunicació verbal i no verbal
- ◆ Observació i percepció de l'energia emocional
- ◆ Reacció del cervell tripartit davant les agressions
- ◆ L'autoestima i assertivitat
- ◆ Requisits per distanciar-se emocionalment de les situacions dures
- ◆ Metodologia del Pensament Lateral per afrontar els conflictes.
- ◆ Actituds de empatia per prevenir el conflicte
- ◆ Tècniques de negociació intel·ligent

"POTENCIAR ELS PROPIS TALENTS EN MOMENTS DIFICILS"

Estem vivint, des de fa un temps, moments difícils i sovint entrem en un cercle que no ens deixa veure més possibilitats de les que sempre portem a terme. Fem les mateixes actuacions i obtenim els mateixos resultats, que no sempre són els desitjats.

Tenim més possibilitats de les que en un principi ens creiem i aquest taller va adreçat a descobrir els propis talents personals i a identificar les nostres creences limitadores que impedeixen de veure'ls

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Identificar els propis talents amagats
- Diferenciar talents de les capacitats
- Identificar les creences que ens limiten, l'origen i com modificar-les
- Identificar les nostres pors que ens impedeixen avançar
- Conèixer la metodologia dels nivells psiconeurològics de Dilts & Bateson
- Desenvolupar noves habilitats a partir dels talents descoberts

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

- ♦ L'Autoconeixement
- ♦ Els talents, que són i com descobrir-los
- ♦ Les creences que ens limiten
- ♦ Tècniques de canvi de creences
- ♦ Les nostres pors i com superar-les
- ♦ Canviar vells paradigmes
- ♦ Nivells psiconeurològics
- ♦ Tècniques d'apoderament personal

"APRENTATGE SOBRE ELS "SIS BARRETS PER PENSAR"

"Sis barrets per pensar" és una tècnica creada per Edward De Bono, una eina de comunicació utilitzada en tot el món, per facilitar la resolució o l'anàlisi de problemes des de diferents punts de vista o perspectives. Es tracta d'un marc de referència per enfocar el pensament de manera més eficaç. Incorpora un plantejament de la situació amb l'enfocament del pensament creatiu o lateral. El pensament creatiu se centra en produir noves propostes, establir objectius, avaluar prioritats i generar alternatives. Per a què?

Edward De Bono ens proposa un mètode que ens permet pensar de manera més eficaç. Els sis barrets representen sis maneres de pensar i han de ser considerats com adreces de pensament més que com etiquetes per al pensament, és a dir, que els barrets s'utilitzen proactivament i no reactivament. Els beneficis derivats de l'ús d'aquesta tècnica són:

- Fomenta el pensament paral·lel
- Fomenta el pensament en tota la seva amplitud

La finalitat d'aquesta acció formativa és la de conèixer i entendre en profunditat l'eina així com aprendre a utilitzar i controlar el seu mecanisme d'execució.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Permetre l'expressió legítima de sentiments i intuïcions en una reunió sense justificacions ni disculpes. "Això és el que sento".
- Proporcionar una manera simple i directa de commutar el pensament sense ofendre.
- Requerir que tots els pensadors siguin capaços d'utilitzar cadascun dels barrets en comptes de quedar tancats en només un tipus de pensament
- Separar l'ego del rendiment en el pensar alliberant els ments capaços, per poder examinar un tema més en profunditat.
- Proporcionar un mètode pràctic de pensar per utilitzar diferents aspectes del pensament en la millor seqüència possible.
- Escapar dels arguments en pro i en contra i permetre als participants col·laborar en una exploració constructiva.
- Fer les reunions molt més productives.

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballarà el següent:

- ♦ Enfocament del pensament segons cada barret

"GESTIÓ EFICAC DEL TEMPS"

Aquest taller és una proposta d'aprenentatge que té com a propòsit el canvi dels hàbits per tal d'enfocar-nos cap als nostres objectius.

La finalitat d'aquesta acció formativa, és incrementar les habilitats personals per planificar el Temps amb la màxima eficàcia, eficiència i excel·lència, tant en l'entorn laboral així com en el personal.

Optimitzar el temps ens aporta serenitat i confiança personal. Aquest sentiment té una repercussió directa en com abordem les dificultats o urgències de manera positiva. Si no sabem gestionar el temps ens provocarà un índex d'estrès alt, que es traduirà en irritabilitat i conflictes en les nostres relacions interpersonals.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Prendre consciència del valor del temps
- Incorporar noves habilitats per optimitzar el temps
- Identificació de les situacions importants i urgents
- Avaluar l'optimització de les eines informàtiques
- Elaboració d'un pla de millora, amb compromisos personals

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ◆ Reconèixer el valor del temps
- ◆ Lladres del temps i mites
- ◆ Optimització de la nostra neurologia: Els bioritmes
- ◆ Llei de Pareto (20/80)
- ◆ Els impulsors de la personalitat
- ◆ La conducta assertiva en la gestió del temps
- ◆ Saber prioritzar i planificar: Proactivitat / reactivitat
- ◆ Definir els requisits per formular els objectius
- ◆ La eficàcia en les reunions
- ◆ Utilització d'eines informàtiques
- ◆ Nivells psiconeurològics
- ◆ Pla de treball: Compromís de millora personal

"PERSUASIÓ I INFLUÈNCIA: TÈCNIQUES I ESTRATÈGIES"

En la societat en la que estem és necessari saber comunicar-nos i influir a les altres persones, és a dir, per saber què, com, quan, on i a qui comunicar per tal de poder persuadir.

Cal aprendre estratègies i tècniques de comunicació, per tal de millorar la nostra capacitat d'influir, tant a nivell laboral, com personal i familiar, per així evitar les interferències i malentesos en la comunicació.

Aprendre a desenvolupar l'autoconfiança, a partir de l'autoconeixement i l'autoconcepte

Identificar els diferents mapes mentals i estils de comunicació per poder generar i crear mecanismes per influir.

Distingir entre persuasió i manipulació

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Conèixer i aplicar tècniques de comunicació persuasiva per tal d'assegurar l'assumpció d'objectius de treball i per produir un impacte determinat en les persones.
- Incrementar la seguretat i l'autoconfiança en situacions de negociació o coordinació

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats es treballaran els continguts següents:

- ◆ Entendre què és i en què consisteix la persuasió i la seva mecànica
- ◆ Persuasió, objectius i el seu marc temporal
- ◆ Conceptes erronis més comuns sobre el que és persuadir
- ◆ Factors conductuals que intervenen en el procés d'influència
- ◆ L'autoconeixement com a vehicle per modular l'impacte
- ◆ Autoconfiança i autoconeixement
- ◆ Motivacions personals i escala de valors
- ◆ Trets de personalitat
- ◆ Considerar el interlocutor
- ◆ Saber què sent l'altre
- ◆ Construcció d'un quadern d'emocions viscudes des de l'altre costat
- ◆ Aplicació de tècniques i estratègies de comunicació persuasiva
- ◆ Planificar i actuar: les estratègies essencials
- ◆ La persuasió aplicada a negociacions, reunions, direcció de persones, etc.

"ENTRENAR LA MENT: Mens sana in corpore sano"

La finalitat d'aquesta acció formativa és que els/les participants d'aquest taller, prenguin consciència de la necessitat d'entrenar la ment per aconseguir més equilibri entre la raó i les emocions.

La ment és l'instrument més poderós que tenim i cal saber utilitzar-la amb èxit. Aprendre a focalitzar la ment és el millor aprenentatge per aconseguir l'equilibri emocional i poder relativitzar o gestionar amb més autoconfiança, les situacions contaminants emocionalment.

Per entrenar la ment, cal entrenar el nostre cos i optimitzar les estratègies que tenim disponibles i que són gratuïtes i fàcils d'aplicar.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- L'objectiu d'aquesta formació, és saber aprofitar el potencial de la nostra ment, conèixer com funcionem psiconeurològicament, identificar les propietats de la ment, prendre consciència de reciclar el diàleg interior negatiu, saber aturar la ment quan es comporta com una espiral que ens desborda, aprendre a focalitzar en positiu i incorporar estratègies corporals per relaxar-nos.

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

- ◆ Propietats de la ment
- ◆ El maquinari i el programari
- ◆ De dretes o d'esquerres,... neurològicament parlant
- ◆ Entrenar el cos per calmar la ment
- ◆ Aconseguir harmonitzar el nostre cervell: Les ones cerebrals
- ◆ Reciclar el diàleg interior negatiu.
- ◆ Estructura de la preocupació
- ◆ La llei de l'atracció
- ◆ Tècniques antiestrès

COM DONAR FEEDBACK DE MANERA EFICIENT **a través del MANAGEMENT FUNCIONAL**

El Management Funcional (també anomenat Management Transversal) és el tipus de Management que han d'exercir aquells directius que no tenen un poder jeràrquic sobre les persones que dirigeixen, però tot i això, necessiten influir en les seves decisions i en els seus objectius per al bé comú de l'empresa.

A diferència del "Management Jeràrquic", el "Management Funcional" ha d'emprar altres recursos i habilitats per tal de "saber obtenir" dels seus directius.

El Màner ha de desenvolupar la capacitat de persuadir per influir, desenvolupar l'empatia, fer participar, per aconseguir el compromís de les persones a les que delega, saber negociar, saber comunicar assertivament, en definitiva, ser un referent per a no perdre la credibilitat, que li donarà l'autoritat necessària per fer-se respectar en les seves decisions.

La finalitat d'aquesta formació és la d'aprendre estratègies i tècniques de comunicació, per millorar la capacitat d'influir en la comunicació per saber què, com, quan, on i a qui comunicar per poder persuadir.

Aprendre a desenvolupar l'autoconfiança, a partir de l'autoconeixement i l'autoconcepte

Identificar els diferents mapes mentals i estils de comunicació per poder generar i crear mecanismes per empatitzar i influir.

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- ♣ Reconèixer les tendències i mapes personals, propis i dels altres amb la finalitat de "saber obtenir"
- ♣ Identificar les etapes de la comunicació
- ♣ Desenvolupar habilitats de comunicació: El calibratge, l'empatia, la flexibilitat i l'escolta activa.
- ♣ Saber comunicar feedback de manera eficient
- ♣ Saber captar els missatges de la comunicació no verbal
- ♣ Desenvolupar l'art de la persuasió i motivació en la comunicació
- ♣ Prendre consciència del benefici del reconeixement positiu

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

Per assolir els objectius plantejats, es treballaran els següents continguts:

- ① Mapes Mentals: Que són i com reconèixer-los
- ① Tendències psiconeurològiques: Emoció versus raó
- ① L'excel·lència en la comunicació: Etapes i requisits bàsics
- ① La importància de la comunicació no verbal: Saber observar i saber interpretar
- ① L'art de la persuasió i motivació
- ① La sinèrgia: Formules de col·laboració
- ① Saber delegar
- ① Autoconfiança i autoconeixement
- ① L'èxit: Satisfereix la necessitat bàsica de reconeixement positiu

"INICIACIÓ A LA MORFOPSIKOLOGIA"

La Morfopsicologia moderna, es una tècnica creada pel Dr. Louis Corman, durant la segona meitat del segle XX, a partir de la llei de "Dilatació i Retracció" de Claude Sigaud a principis del segle XX.

Aquesta eina permet conèixer les capacitats, potencialitats i aptituds de l'esser humà, a través de la observació, estudi i l'anàlisi de les diferents formes de la cara, dels seus moviments, dels seus components i dels seus trets característics.

APLICACIONS DE LA MORFOPSIKOLOGIA

La Morfopsicologia es una eina òptima per a l'autoconeixement, saber quines son les nostres potencialitats, les nostres capacitats intel·lectuals i com manifestem les nostres emocions, sentiments, instints i aptituds.

És un mètode ideal per a l'orientació en l'àmbit, empresarial, vendes, educatiu, sanitari, orientació i selecció de personal, etc...

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Conèixer els quatre moviments bàsics de la Morfopsicologia.
- Identificar el To: L'emissor i el receptor.
- Identificar els diferents tipus de modelat: Adaptació al medi
- Analitzar de les tres zones de la cara: La intel·lectual, la socio-afectiva i la instintiva-realitzadora
- Identificar els tipus de receptors: l'intercanvi amb l'exterior
- Integrar dels quatre moviments, to i modelat: estudi morfopsicològic

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

- ♦ Formes de la cara: El Marc-estructura psicològica
- ♦ Dilatació i Retracció
- ♦ Projecció i Contenció
- ♦ Llei de la Tonicitat i atonia
- ♦ Tipus de Modelat: adaptabilitat al medi
- ♦ Anàlisi de les tres zones de la cara:
- ♦ Els Receptors: Relació Marc i Receptors

"CONSTEL·LACIONS ORGANITZACIONALS"

Les constel·lacions organitzacionals estan basades en la metodologia creada per Bert Hellinger d'anàlisi dels sistemes.

Aquesta metodologia ens aporta una mirada més amplia de la pròpia organització, tan dels diferents rols i tasques, com les relacions interpersonals o nous projectes.

Les CONSTEL·LACIONES ORGANIZACIONALS són una eina d'**anàlisis** i **diagnòstic** ràpid, que ens facilita tenir una mirada ampla i sistèmica de les organitzacions.

Ens facilita entendre els vincles a nivell relacional, objectius, organitzacions, tasques, dificultats o conflictes, avaluar nous projectes, reorientar-se cap l'èxit professional, etc.

La seva finalitat és reorientar a les persones o organitzacions cap a possibles solucions i fomentar l'equilibri en tot el sistema.

PLANTEIG DE LA SESSIÓ:

- ◆ El respecte per les lleis sistèmiques
- ◆ La metodologia de les constel·lacions ens permet descobrir les dinàmiques ocultes que estan en funcionament en les organitzacions
- ◆ Els representants i el seu paper
- ◆ Pràctica de les constel·lacions
- ◆ Anàlisi de la informació sobre qüestions sistèmiques guardades en el inconscient de l'organització
- ◆ Observar els canvis orientats cap a l'harmonització o resolució.

EL COACHING COM A EINA METODOLÒGICA EN L'ÀMBIT DEL TREBALL SOCIO-EDUCATIU I RECURSOS HUMANS

El coaching sistèmic, és una excel·lent metodologia per acompanyar un/a client/a, usuari/ària o professional a potenciar els seus talents personals i / o professionals. EL COACHING és un procés d'entrenament per aconseguir un millor resultat, en relació a l'objectiu que es planteja.

És aconseguir l'èxit amb les capacitats, talents i habilitats pròpies.

El coach acompanyarà al seu client/usuari, en aquest procés, per poder reorientar o re-descobrir-se, a través de l'art de fer bones preguntes.

Una sessió de coaching finalitza amb un compromís de millora.

Objectius generals:

- Conèixer la utilitat del coaching sistèmic, com a eina metodològica en l'àmbit dels Serveis Socials o serveis a les persones
- Conèixer el comportament neuro-lingüístic del cervell i maximitzar el seu potencial
- Aplicar tècniques y recursos que ens facilitin fer un bon acompanyament
- Identificar hi ha darrere dels conflictes, a través de les Constel·lacions.

Continguts:

- Definició i línies d'acció del coaching sistèmic
- El coaching sistèmic com a metodologia útil pel treball socio-educatiu i Recursos Humans
- Els estats de la personalitat
- El cervell tripartit i reaccions d'agressivitat
- El paper del coach des de l'assertivitat i l'adult
- Tècniques de coaching sistèmic i PNL
- La resolució de conflictes.
- Transformar dinàmiques negatives de funcionament i pensament, en dinàmiques positives de millora i creixement

SELECCIÓ DE PERSONAL

Per tal de crear un equip sòlid, fiable, vàlid, eficaç i eficient, és fonamental fer una acurada selecció de personal, doncs difícilment podrem aconseguir un bon resultat amb "peces" inadequades, inadaptades o que no encaixin entre si

Podríem dir que l'èxit d'un equip radica en fer una bona selecció de l'equip (**Contractació**), que cada membre de l'equip sàpiga que ha de fer (**Missió**) i estigui capacitat de com fer-ho (**Formació**), i finalment, d'una bona animació (**Management**)

És important doncs, que les persones que seleccionem i contactem, compleixin aquests tres requisits: **Confiança** (no contactar mai a algú en qui no confiem), **capacitació** i **motivació** pel lloc de treball a desenvolupar

OBJECTIUS GENERALS DEL CURS:

- Identificar les necessitats humanes de l'empresa o del equip
- Elaborar els perfils específics, per a cada lloc de treball
- Convocar els candidats
- Entrevistar als candidats
- Seleccionar als candidats més convenients
- Contractar
- Acollir i integrar

CONTINGUTS GENERALS DEL CURS:

- ◆ Elaborar un projecte
- ◆ Tipus de perfil
- ◆ Acolliment del candidat
- ◆ Adequar l'entrevista al perfil sol·licitat
- ◆ Estils d'entrevista
- ◆ La Comunicació No Verbal (CNV)
- ◆ Finalització de l'entrevista i acomiadament
- ◆ Presa de decisió final
- ◆ Com acollir a la persona seleccionada
- ◆ Com integrar a la persona seleccionada

LLISTA DELS NOSTRES SERVEIS**ACCIONS FORMATIVES:****1.- DESENVOLUPAR ELS TALENTS PERSONALS**

- Assertivitat i confiança personal
- Apoderament emocional
- AES (anàlisi emocional sistèmic) i millora del clima emocional en les organitzacions
- Qualitat de vida i gestió positiva de l'estrès emocional
- Desenvolupar la intel·ligència emocional

2.-GESTIÓ D'EQUIPS I LIDERATGE

- Lideratge i cohesió d'equips de treball
- Relacions humanes i comunicació
- Distanciament emocional
- Gestionar en temps de crisi
- Prevenció i resolució de conflictes
- Aprendre a pensar amb la metodologia de Bono " Barrets per pensar"
- Gestió eficaç del temps
- Persuasió i influència
- Desenvolupar competències comunicatives
- Selecció de personal
- Fomentar organitzacions intel·ligents emocionalment

COACHING presencial i on-line

- Anàlisi i avaluació del clima emocional en els equips de treball.
- Coaching personal / - Coaching organitzacional

CONSTEL·LACIONS FAMILIARS, EMOCIONALS I ORGANITZACIONALS

- Una nova mirada a les situacions atrapades a nivell personal, emocional i de les organitzacions.
- Resolució de conflictes / - Negociació
- Una nova mirada a les organitzacions, rols i professionals

SELECCIÓ DE PERSONAL: Avaluació del potencial i talents personals i professionals utilitzant tècniques de:

Morfopsicologia / Grafologia / Psicodiagnòstic
 Anàlisi de la comunicació no verbal / Meta model del llenguatge

METODOLOGIA

La metodologia utilitzada en **DESENVOLUPAMENT HUMÀ** està basada en les recents investigacions sobre l'aprenentatge.

Els nostres Tallers d'aprenentatge han estat dissenyats amb una metodologia pròpia, aplicant tècniques o conceptes de:

Programació Neurolingüística (PNL), Anàlisi Transaccional, Gestalt, Aprenentatge Accelerat, Pensament lateral, Psicologia Humanista, Psicologia Transpersonal, Física Quàntica aplicada a la salut, Psiconeurologia, nous models de lideratge, terapèutica energètica, constel·lacions familiar i organitzacionals etc

L'aprenentatge està enfocat a descobrir els propis talents personals, aplicar tècniques, recursos i eines per crear, construir, modificar o substituir hàbits i conductes que ens limiten o condicionen negativament.

"ESCOLTO i OBLIT, VEIG i RECORD, FAIG i COMPRENC"

Confuci

EXPERIÈNCIA:

La metodologia emprada s'aplica de manera participativa, vivencial i dinàmica. Els participants aprenen fent i reflexionant sobre el que han fet, sentit i experimentat. A partir d'adonar-se de les nostres actituds i comportaments generem la possibilitat d'aconseguir canvis positius.

L'aprenentatge es contempla des d'una perspectiva holística, integrant ment, cos i emocions.

DINÀMICA DE GRUP:

És vivencial, divertida, i enriquidora, demostrant que és possible "provocar canvis" a través del joc, l'experimentació i la participació.

REFORÇ POSITIU:

Les persones compremem i recordem millor els continguts del treball efectuat, quan aquests estan associats a experiències i emocions positives.

Aquesta metodologia permet aplicar amb més eficàcia el que han après.

TÈCNIQUES:

Utilitzem estratègies, tècniques i eines per prendre consciència dels nostres comportaments, i les nostres relacions, sempre amb respecte, positivisme i assertivitat.

RESULTATS:

Possibilita aconseguir canvis positius

SATISFACCIÓ PERSONAL:

En finalitzar el taller, els participants s'enduen el reconeixement positiu i valoració del grup i millora la seva pròpia Autoestima i Confiança Personal