



Talleres On Line,
Presenciales o Blended
(Modalidad 6-12 horas)

Fortalecimiento de Competencias Organizacionales

Fortaleciendo mi Liderazgo

Objetivo: Desarrollar el Liderazgo, mediante el análisis y práctica de herramientas efectivas, que permitan impulsar su desempeño profesional y mejorar los resultados

Contenido:

- Liderazgo integral
- Auto-diagnóstico
- Proactividad y Propuestas de mejora
- Modelo GROW
- Accountability y empowerment
- Incrementando las competencias del equipo de trabajo
- Asesor, Mentor o Coach?
- Transformando a otros
- Orientación a los resultados
- Plan de Acción

Administrando efectivamente mi tiempo

Objetivo: Conocer las prácticas en cuanto a la organización del tiempo y planeación, seleccionando las estrategias idóneas para alcanzar las metas, los objetivos y prioridades de la organización optimizando la disposición de recursos.

Contenido:

- La matriz del tiempo.
- Establecimiento de prioridades.
- El valor económico del tiempo
- Fijación de objetivos.
- Lo urgente y lo importante: cómo fijar prioridades y tomar decisiones.
- Herramientas para ayudar a planificar
- Principales Robadores del Tiempo
- Planeación del corto, mediano y largo plazo

Herramientas efectivas para la toma de decisiones

Objetivo: Se conocerá el proceso de toma de decisiones para poder aplicarlo estratégicamente, así como en la resolución de problemas en cualquier área que se presenten.

Contenido:

- ¿Qué es un problema y cómo se debe abordar?
- El proceso de solución de problemas.
- W's 1 H
- Análisis de factibilidad organizacional
- El proceso de toma de decisiones para resolver problemáticas.
- Los elemento clave en la toma de decisiones.
- Casos, prácticas y aportaciones.

Incrementando la Innovación y la Creatividad

Objetivo: Que los participantes adquieran los conocimientos prácticos para formular modelos creativos e innovadores que les ayuden a generar ideas de gran valor para su contexto.

Contenido:

- Aspectos relevantes del pensamiento creativo.
- El proceso de la innovación.
- Disrupción creativa
- Menú de herramientas y técnicas para la innovación.
- Tipos de modelos de negocio.
- Casos, aplicaciones y ejemplos de innovación.
- Práctica

Relaciones Interpersonales y Sinergia de Alto Impacto

Objetivo: Fortalecer las capacidades de los participantes para trabajar en equipo, con el fin de impactar favorablemente en su contexto y resultados.

Contenido:

- Anatomía de los equipos.
- ¿Somos un grupo o un equipo?
- El equipo de trabajo, los roles y responsabilidades;
- Celos, inseguridades y cotos de poder
- Los juicios y su poder
- Equipos efectivos de alto impacto - evolución
- Team building
- Resolución del conflicto y sinergia organizacional
- Reconocimiento y Motivación con base en resultados.

Herramientas de Negociación Modelo Harvard

Objetivo: Conocer y aplicar las estrategias, técnicas y tácticas del proceso de negociación, orientados a tener como resultado mejores relaciones de negocio.

Contenido:

- Modelo de Negociación Harvard
- Negociación Estratégica Ganar – Ganar
- El proceso de la negociación
- El mapa de la negociación
- Tácticas de Negociación
- Estilos personales para negociar
- Valores y ética en la negociación

Elaboración y Administración de Proyectos

Objetivo: Priorizar y aplicar los elementos del proceso de administración de proyectos para impactar en los resultados del negocio

Contenido:

- Administración de Proyectos
- Management del Tiempo y Priorización
- Planeación
- Ejecución
- Sistemas de Seguimiento y socios del proyecto
- Reporteo y el Aseguramiento de Calidad del Proyecto
- Organización
- Aspectos clave del proyecto y entregables
- Tablero de Control
- Recursos Humanos y Comunicación
- Flexibilidad en los proyectos
- ROI / P&L

Comunicación Asertiva

Objetivo: Optimizar la comunicación, reducir los niveles de stress y mejorar las relaciones intra e interpersonales, así como poder impactar en la persona, en los procesos y en los resultados.

Contenido:

- El proceso de la comunicación
- ¿Estamos informando o nos estamos comunicando?
- El Esquema de Berlo
- Características de la comunicación asertiva
- Comunicación interpersonal: un proceso verbal y no verbal
- Barreras de la comunicación y como superarlas.
- Comunicación formal e informal. Cuando y como Utilizarlas
- Verdades absolutas de la Comunicación

5 Herramientas para la Efectividad

Objetivo:

Aprenderás 5 herramientas efectivas que podrás implementar en el nuevo contexto en tu vida personal y en la Organización.

Temas:

1er Herramienta: Liderar con empatía y efectividad

2da Herramienta: Aceptar e impulsar el cambio en la nueva era

3er Herramienta: Actuar como coach, mentor y líder Organizacional

4ta Herramienta: Saber Motivar el equipo

5ta Herramienta: Contar con una plantilla multigeneracional productiva

La nueva Planeación Estratégica

(Personal y Organizacional)

Objetivo: Aprenderás a organizar y proyectar los resultados esperados a través de la práctica de diversos métodos estratégicos de ejecución y a darles un curso de acción óptimo dentro del tiempo y del dinero o recursos de que dispones.

Temas:

1.El Proceso de Planeación Estratégica Actual en el corto, mediano y largo plazo

2.Análisis de la Situación en tu tiempo y en tu espacio

3.Formulación de Estrategias que requieras:

- Estrategias de Crecimiento Integrado
- Estrategias de Crecimiento Diversificado
- Estrategias de Ataque Competitivo
- Estrategias Funcionales
- Planeación de Contingencias

4.Planes de Acción

5.Implementación y Seguimiento:

- Objetivos Operativos de Corto Plazo, mediano y largo plazo
- Indicadores estratégicos
- Presupuesto y Asignación de Recursos

Home Office Productivo

Objetivo: Conocerás las Metodología para Implementar la Fuerza Laboral Remota en las Organizaciones, Incluyendo Herramientas de Monitoreo y Canales de Comunicación, Desarrollando Habilidades para el Trabajo Colaborativo y la Aplicación de Herramientas de Colaboración en Línea

Temas:

Tema 1 | El home office como necesidad de supervivencia

Tema 2 | Metodología laboral efectiva del home office

Tema 3 | Habilidades para potenciar la productividad en home office

Tema 4 | Tu y el equipo hacia un mismo objetivo

Tema 5 | Keypoints – plan de acción

Fortalecimiento de Habilidades Emocionales y Sociales

Mayo 2020

Reconocimiento de Mi Valía Personal

Objetivo: que los (as) participantes se conecten con su autopoder para superar los miedos y retos de su entorno; desarrollar una perspectiva de bienestar y camino al éxito tanto personal como laboral.

Contenido:

- Enfoque positivo para valorarme a mismo (a)
- Conectar con mi valía personal y fortaleza interior
- Reconocer todo lo positivo que hay en mí
- Cambiando mi diálogo interior

Actitud Positiva Ante Eventos de Alta Incertidumbre

Objetivo: los (as) conocerán la manera en que pueden mantener una actitud positiva ante situaciones que retan su comodidad y les exigen adaptación y ecuanimidad para solucionar problemas de diferente naturaleza.

Contenido:

- Importancia de aplicar la flexibilidad para la óptima adaptación al cambio
- La gratitud: Identificando lo positivo en mi realidad
- Desaprender para poder aprender
- Herramientas para desarrollar resiliencia y autoconfianza

Aprendiendo a Identificar mis Emociones

Objetivo: conocer técnicas y herramientas para el manejo positivo de las emociones y trabajen a favor de los participantes.

Contenido:

- Análisis de las emociones básicas
- Desarrollar la capacidad para entender sentimientos y resolver problemas de manera creativa
- Manejo inadecuado de las emociones y su impacto en la salud
- Reflexión, explicación y búsqueda de soluciones a través de competencias de la inteligencia emocional

Transformando Límites en Poder Personal

Objetivo: los (as) participantes identificarán el origen y el impacto de las creencias limitantes que han marcado su desarrollo personal, así como la manera en la que puede convertirlas en frases potenciadoras para generar valor a través de su lenguaje cotidiano.

Contenido:

- Los sistemas de creencias y la construcción de realidad
- Identificación de creencias sobre uno mismo y sobre la realidad
- Hacia una construcción de realidad diferente
- Métodos de cambio de creencias

Descubriendo mis Fortalezas

Objetivo: los (as) participantes conocerán la importancia del autoconocimiento, así como técnicas concretas para identificar las habilidades y competencias que les generan valor y potencian su desarrollo personal y profesional.

Contenido:

- Mi propósito de vida
- Identificando lo que me ha llevado hasta aquí
- Potencializando lo que me da más valor
- Congruencia, metas y método

Técnicas para el Manejo del Estrés

Objetivo: los (as) participantes identificarán el impacto que tiene el estrés en su bienestar físico, emocional, laboral y social, así como las técnicas disponibles para hacer un buen manejo de este factor, derivado de los retos que plantea su realidad actual.

Contenido:

- El estrés desbordado como un factor de peligro para la salud
- Encontrando un balance personal en la realidad actual
- Identificación de factores estresantes y cómo manejarlos
- Transformando el estrés en paz

Automotivación

Objetivo: proporcionar a todos los (as) colaboradores (as), los principios básicos para la auto-motivación y de este modo contribuir activamente al logro de los objetivos personales e institucionales; sensibilizar al personal sobre la importancia de la comprensión y aplicación de los valores en su vida cotidiana y laboral.

Contenido:

- El significado de los valores en nuestra vida
- Un día a la vez
- Las 10 reglas de oro de la automotivación
- Mi modelo de cambio personal

Mindfulness: Atención Plena

Objetivo: los (as) participantes conocerá la importancia de la práctica de la atención plena en el bienestar físico, mental y emocional del ser humano así como algunos métodos para incluir su práctica en la cotidianidad moderna.

Contenido:

- Surgimiento del método y evidencia científica
- Beneficios en la salud física, mental y emocional
- Métodos y prácticas
- Aplicación de experiencias

Autoestima y Fortalecimiento de la Confianza

Objetivo: los (as) participantes serán capaces de determinar estrategias para mejorar su nivel de autoestima, mediante la aplicación de técnicas y herramientas prácticas que les permitan sentirse mejor consigo mismos (as) y en su relación con otras personas.

Contenido:

- El arte de la Aceptación: pilares de la autoestima
- Diálogo interior para aumentar la autoestima
- Eliminar pensamientos erróneos que bloquean la autoestima
- Claves para quererse a uno (una) mismo (a)

Contención Emocional y Plan de Auto-cuidado

Aprender a Ser y Dejar Ser

Objetivo: Identificar la importancia de conocerse a sí mismo, su experiencia de vida y desarrollo personal, así como sus relaciones basadas en la dignidad y el respeto.

Contenido:

- El valor de la persona
- Dignidad humana
- Desarrollo y Crecimiento personal
- Relaciones saludables
- Respeto y aceptación del otro

Camino hacia la Interioridad

Objetivo: Explorar el sentido de la vida, el llamado al Crecimiento personal y Madurez Espiritual para afrontar los desafíos vitales y lograr una vida con mayor significado.

Contenido:

- Escenario de vida actual
- El llamado a vivir con sentido
- El viaje del héroe
- Desarrollo de recursos internos
- Gozo y disfrute de la vida

Aprender a Despedirse

Objetivo: Explorar el significado de las pérdidas de personas, relaciones o cambio de situación de vida así como las emociones que genera y obtener recursos para superarlas.

Contenido:

- La vida como viaje
- Tipos de pérdidas
- Gestión de las emociones
- Creencias disfuncionales
- Aprender a despedirse

Conciencia y Manejo del Estrés

Objetivo: Explorar el significado de las pérdidas de personas, relaciones o cambio de situación de vida así como las emociones que genera y obtener recursos para superarlas.

Contención Emocional y Plan de Auto-cuidado

Objetivo: En un clima de seguridad psicológica aprender a identificar y expresar las emociones, la situación que las genera y su adecuado manejo utilizando estrategias de afrontamiento y alfabetización emocional, así como promover el desarrollo de habilidades de auto-cuidado.

Técnicas de PNL para el Bienestar

Objetivo: Conocer qué es la PNL aprender y practicar técnicas para generar bienestar y emociones positivas así como calidad de vida.