



PROGRAMA

**BIENESTAR
ORGANIZACIONAL**

COACH2TEAM
gestión integral de equipos

Hay una gran **diferencia** entre un empleado que hace el mínimo **esfuerzo** posible para cobrar lo acordado, y aquel que se siente **motivado** para colaborar con el **crecimiento** de la empresa y dar lo **mejor** de sí mismo.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

El programa contempla el desarrollo de competencias actitudinales. Consta de 5 talleres, basados en los elementos de la Teoría del Bienestar de Martin Seligman llamada PERMA (**P**ositive emotions, **E**ngagement, positive **R**elationships, **M**eaning, **A**ccomplishment).

POSITIVE EMOTIONS Estrategias para reconocer, experimentar y cultivar emociones positivas, tanto en el ambiente de trabajo como en el personal, y lograr mayor productividad.

ENGAGEMENT Técnicas y herramientas que faciliten el involucramiento y compromiso tanto en las actividades profesionales como personales, en equilibrio con sus responsabilidades.

POSITIVE RELATIONS Herramientas que le permitan construir interacciones armoniosas y de valor, partiendo de la autoestima.

MEANING Identificación de las acciones que dan significado a la vida tanto en el ámbito individual como en el rol organizacional, fomentando su involucramiento y sentido de pertenencia.

ACCOMPLISHMENT Elementos que determinan el logro de objetivos y metas, y las acciones personales que requieren ser ejecutadas para llegar a ellas, contribuyendo a nutrir su ambición.

ÁMBITOS DE APLICACIÓN

Reducir conflictos, baja productividad, altos porcentajes de absentismo.
Inyectar energía, positivismo y responsabilidad por las acciones. Aumentar el compromiso y sentido de pertenencia.

PERFIL DEL PARTICIPANTE

Líderes e integrantes de equipos de trabajo.
Personal clave de la empresa.

Un buen **equilibrio** de vida favorece al empleado y al empleador. Las ventajas para este último son muchas: **productividad** mejorada, menor absentismo, motivación y retención del empleado, y calidad del **compromiso** en el trabajo.

METODOLOGÍA

Enlazamos las tres maneras más efectivas de retención del aprendizaje, simulando de forma lúdica situaciones que permitan construir competencias, así como identificar el estilo cognitivo de cada participante.

FORMATO

20 horas (4 horas cada workshop)

Se recomienda un espacio de una semana entre cada workshop.

DIA 1. Emociones Positivas

Test de Emociones Positivas. Ampliación del lenguaje emocional. Gestión de emociones positivas. Técnicas de auto regulación.

DIA 2. Compromiso

Test FODA Personal. Compromiso y Productividad. Cómo minimizar las distracciones. Plan personal de aprendizaje y mejora de la concentración.

DIA 3. Relaciones Positivas

Test del Círculo de Relaciones. Relación Sana y Relación Enferma. Técnicas para desarrollar Diálogos Productivos.

DIA 4. Propósito

Test de Propósito Vital. Valores y Creencias. Misión en el Rol Profesional. Técnicas para identificar y fortalecer el propósito personal.

DIA 5. Logros

Capacidad de Logro. Características de personas exitosas. Ambiciones vs. Fortalezas Personales. Herramientas para mantener la inspiración y motivación. Método SMART.

TE HAS PREGUNTADO...

¿Se percibe un ambiente de entusiasmo en la empresa?

¿Cómo calificarías la calidad de las relaciones laborales o con tus clientes?

¿Crees que la ambición de tu equipo ha decaído?

¿Se ha incrementado el absentismo laboral por estrés?



COACH2TEAM
gestión integral de equipos

www.coach2team.com
contacto@coach2team.com