

SENSIBILIZACIÓN AL CAMBIO

Beneficios.

Los cambios a los que constantemente estamos sometidos y a la fuerte resistencia que generalmente se presenta en los individuos cuando son avisados que deberán realizar algún proceso de cambio, conlleva generalmente a vivir situaciones de incertidumbre, en donde nuestras emociones y el manejo poco inteligente de las mismas puede provocar pérdidas y desgaste de vínculos interpersonales. El desarrollo de nuestra inteligencia se vuelve fundamental para afrontar de una manera más flexible estos procesos de cambio, por lo que necesitamos que nuestras emociones trabajen para nosotros y no nosotros para ellas, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados. Nuestra manera de adaptarnos más fácilmente a los procesos de cambio y la manera de salir realmente fortalecidos de ellos, garantizará la mejora continua e innovación de nuestros procesos, productos y servicios.

Resultados que el participante puede lograr al participar en este curso:

- Listará las etapas que constituyen los proceso de cambio y la importancia de ser gestionados.
- Identificará las principales resistencias por las cuales los seres humanos les cuesta tanto trabajo generar cambios
- Identificará cuáles son sus emociones y cómo influyen en su comportamiento.
- Identificará la diferencia entre razón y emoción.
- Reconocerá la forma en que interactúan nuestras emociones con nuestros razonamientos y de cómo éstos nos hacen tener actitudes tóxicas o nutritivas en los equipos de trabajo.
- Analizará cómo lograr tener relaciones de beneficio común con las personas con las que interactúa.
- Aplicará las habilidades básicas del comportamiento para tener una comunicación efectiva que le permitirá adaptarse más fácilmente a los procesos de cambio a los que se les invite.
- Identificará la actitud positiva cómo principal factor para confrontar los proceso de cambio en su vida laboral y personal.

Objetivo General

Al termino del curso, el participante identificará los elementos que le permitan adaptarse eficazmente a los procesos de cambio, adoptando una actitud positiva en los equipos donde participe; a través de la información expuesta y dinámicas desarrolladas con el máximo de efectividad.

CONTENIDO

- I. QUÉ ES EL CAMBIO Y CÓMO LO AFRONTAMOS
- II. ADAPTACIÓN AL CAMBIO
- III. CONTROL DE LAS EMOCIONES
- IV. LA AUTOMOTIVACIÓN Y ACTITUD POSITIVA
- V. CONTROL D ELAS EMOCIONES PARA PROCESOS DE CAMBIO
- VI. CRECIMIENTO PERSONAL – MEJORAR NUESTRA ACTITUD

Características

Técnicas de instrucción: Dinámicas, discusión de grupos, mesas redondas, vídeos interactivos, experiencias estructuradas, dramatizaciones y juegos vivenciales.

Duración: 16 Horas.