



# HABILIDADES **TOP**

## **Cómo gestionarte a ti mism@** y tus relaciones, **con inteligencia** **emocional** y el cerebro en mente

Miércoles 6 de febrero y viernes, 8 de marzo, 5 de abril, 10 de mayo y 7 de junio de 2019

---

Cámara de Comercio de Cantabria

Horario: de 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

---

**Cámara**  
Cantabria

**Habilidades Top: cómo gestionarte a ti mism@ y a los demás, con inteligencia emocional y el cerebro en mente**, es un programa revelador, motivante y transformador en el que los participantes tendrán la oportunidad de descubrirse, retarse y entrenar potentes habilidades, relacionadas con la autogestión emocional y la gestión de las relaciones.

Las investigaciones científicas llevadas a cabo por Daniel Goleman y su equipo (entre otros), han puesto de manifiesto que para ser un/a líder o profesional con **resultados top**, las habilidades de la **inteligencia emocional** son como mínimo el **doble** de importantes, que las habilidades técnicas, cognitivas o incluso el nivel de cociente intelectual.

Por ello, con el programa **Habilidades Top**, pretendemos contribuir al entrenamiento y desarrollo de esas habilidades que **marcan la diferencia**.

### Dirigido a:

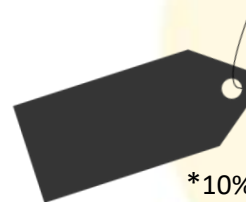
Directivos, mandos intermedios o profesionales, que con independencia de su sector de actividad, estén interesados en desarrollar en mayor medida su potencial personal y profesional a través de metodologías y herramientas de la inteligencia emocional en pos de mejorar sus niveles de rendimiento, satisfacción y resultados.

### Objetivos:

- Tomar conciencia de los desafíos y oportunidades que en el vertiginoso mundo actual, acompañan a los participantes en su día a día.
- Facilitar momentos de descubrimiento, reflexión y aprendizaje, que permitan a los participantes crecer, en conciencia de sí mismos, capacidad de autogestión y de gestión de las relaciones.
- Practicar a lo largo de todo el programa de aprendizaje y entrenamiento, las diferentes habilidades y técnicas que mejorarán sus resultados como gestores de personas.

### Impartido por:

Leandro Fernández.



**Matrícula:** 1.525,50 euros\*.

\*10% descuento para usuarios registrados

# Programa de contenidos:

6 de febrero a 7 de junio

Horario: 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

Duración: 40 horas lectivas

## 5 intensas sesiones formativas, de mañana y tarde:

- Miércoles 6 de febrero: [Desafíate.](#)
- Viernes 8 de marzo: [Descúbrete.](#)
- Viernes 5 de abril: [Descúbrelos.](#)
- Viernes 10 de mayo: [Gestiónalos.](#)
- Viernes 7 de junio: [Influye.](#)



6 de febrero

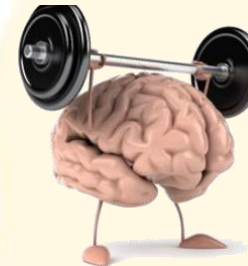
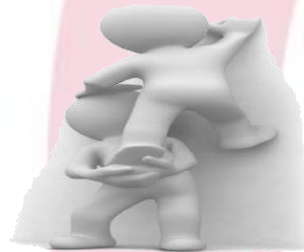
Horario: 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

Duración: 8 horas lectivas

# Desafíate: libera el poder para lograr tus metas

“Desafíate”, es una sesión de máxima intensidad experiencial y motivacional, donde los participantes:

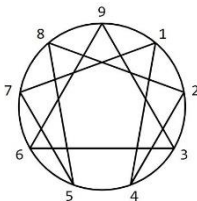
- ✓ Tomarán conciencia de las principales limitaciones y resistencias autoimpuestas, que dificultan su capacidad para liderarse a sí mism@s y sus relaciones con los demás.
- ✓ Conocerán algunas de las claves para poder aumentar su nivel de energía y confianza, para transitar por los retos que su día a día les propone, sin que ello erosione su capacidad para apoyarse mutuamente ante la adversidad.
- ✓ Experimentarán el significado de enfrentar los desafíos que la vida pone en su camino utilizando su inteligencia emocional y confiando en que “por difícil que pueda parecer”, si se preparan, comprometen, alinean y “deciden ir a por ello”, sus posibilidades de éxito se multiplican.
- ✓ Comprenderán que retornos, crecer, superarnos a nosotros mismos y avanzar “juntos”, está en la base para lograr la mayor satisfacción y el mayor bienestar, al que un ser humano puede aspirar.



Inscripción: [aquí](#).



# Descúbrete:



**8 de marzo**

**Horario:** 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

**Duración:** 8 horas lectivas

**¿Conocerme mejor a mi mism@?**

Eso es precisamente lo que, a través de esta transformadora sesión, vamos a explorar, con el objetivo de ayudarte a tomar conciencia y comprender, los principales desafíos y potencialidades, asociados a tu tipo de personalidad.

Para ello, **utilizaremos el Eneagrama**, un sistema profundo y dinámico que, a modo de mapa de la psique humana, describe las 9 estrategias básicas a través de las que el ser humano se adapta a su entorno. Todos nosotros, llevamos en nuestro interior parte de esas 9 estrategias y también es cierto que una de ellas es la que en mayor medida nos domina, condiciona y dirige. Descubrirla, es el primer paso de este camino hacia un nuevo nivel de autoconciencia y capacidad de autogestión.

Cada estrategia, o eneatispo en el lenguaje del Eneagrama, es como un software compuesto por su propio paquete de creencias, valores, miedos, deseos, hábitos de atención, sesgos biológicos, patrones mentales, emocionales, conductuales, talentos y debilidades. **El Eneagrama nos permite reconocer el software desde el que habitualmente filtramos la realidad y respondemos ante ella.**

Permite que salgamos lo suficiente de nuestra subjetividad, para comprendernos increíblemente mejor. El Eneagrama coloca un **“potente haz de luz”** sobre muchas de nuestras zonas “en sombra”, situándonos en una posición privilegiada desde la que desarrollar nuestras mejores posibilidades. El viaje es y promete ser apasionante.

La pregunta es: **¿estás preparado para el desafío de “conocerme mejor a ti mism@” para potenciar tu inteligencia emocional y gestionarte con mayor eficacia?**



# Descúbrelos:



**5 de abril**

**Horario:** 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

**Duración:** 8 horas lectivas

El desarrollo de la autoconciencia y de la capacidad de autogestión, sostienen el primer pilar del trabajo con la inteligencia emocional. Desarrollar suficientemente este pilar, es imprescindible para poder avanzar de forma sólida al trabajo con el siguiente. Así, de la inteligencia **intrapersonal** podemos pasar a la **interpersonal**.

La inteligencia interpersonal se divide en dos grandes áreas:

- **Conciencia de los demás** (empatía, conciencia organizativa, orientación hacia el servicio).
- **Gestión de las relaciones** (liderazgo, comunicación e influencia, trabajo en equipo, gestión del cambio, gestión de conflictos, establecimiento de vínculos, desarrollo de los demás).

El Eneagrama, es la herramienta más poderosa, para impactar y desarrollar no sólo nuestra inteligencia emocional intrapersonal, sino también la interpersonal. Nos permite salir de la subjetividad de nuestro tipo de personalidad, para dejar de proyectar en los demás nuestras interpretaciones, temores, motivaciones o necesidades, comenzando a ver “las suyas”. De repente, donde antes sólo mirábamos, “comenzamos a ver”... y cuando somos capaces de ver lo que mueve el comportamiento de los demás de manera más objetiva, nuestra capacidad de relacionarnos y liderar, crece exponencialmente.



# Gestiónalos:



**10 de mayo**

**Horario:** 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

**Duración:** 8 horas lectivas

Una de las cosas que ha contribuido a maximizar nuestras posibilidades de supervivencia, colectiva e individual, es nuestra capacidad de asociación, relación y colaboración. **La naturaleza es sabia y dado que un ser humano no puede ser “bueno en todo”, ha generado una diversidad de capacidades, talentos y fortalezas que nos permiten, a través de la complementariedad, convertirnos en un “súper organismo” excepcionalmente equipado para lograr la tan ansiada “supervivencia”.**

Dado que la supervivencia “motiva”, y mucho, a cualquier especie, la naturaleza parece encargarse de que en aquellos que sobrevivimos gracias a la asociación y colaboración, el contribuir con el talento de cada uno a la supervivencia y bienestar del colectivo del que formas parte, tenga premio. De algún modo el premio viene en forma de placer (satisfacción y felicidad) y la ausencia de premio en forma de dolor (insatisfacción).

**Todos formamos parte de varios sistemas**, el familiar, el profesional, el de nuestro círculo de amigos de siempre, el de nuestra comunidad de vecinos... sistemas que “afectamos” y que nos “afectan”. Algunos, como el familiar, al que nos mantenemos vinculados durante toda la vida, y otros como el profesional, que pueden cambiar. Lo que no puede cambiar, aunque queramos, es que todos somos parte de varios sistemas y que los sistemas se rigen en base a unas leyes concretas, que determinan su eficiencia (el nivel de energía consumida para lograr el éxito, es decir, la supervivencia).

**Para que un equipo sea todo lo eficiente que puede ser, quien lo lidera, ha de tener en cuenta y gestionar las leyes sistémicas.** Eso implica combinar la gestión de cada persona, con la gestión del sistema. Bajar para conectar sobre el terreno y subir para tomar perspectiva desde la cima.

**¿Y tú? ¿Conoces y gestionas las leyes sistémicas?**





# Influye:



7 de junio

Horario: 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

Duración: 8 horas lectivas

En general, en las organizaciones el trabajo se desarrolla en un entorno complejo en el que las peticiones son múltiples y con muy distintas procedencias, respondiendo a veces a intereses particulares que hace que parezca difícil darles respuesta sin entrar en conflicto.

Al mismo tiempo, las organizaciones exigen a sus profesionales resultados, para los que necesitan sí o sí, la máxima colaboración de los miembros de sus equipos formales e informales. De acuerdo a las investigaciones en el campo de la inteligencia emocional, los directivos y profesionales con los mejores resultados sostenidos en el tiempo, son capaces de relacionarse de forma que “predisponen” favorablemente a los demás hacia ellos. Esto les concede una ventaja competitiva, fruto de la inteligencia emocional con la que se comunican, que se materializa en forma de mayor eficacia y eficiencia a la hora de lograr resultados.

Para lograr dicha ventaja competitiva y gestionar eficazmente las relaciones, es necesario desarrollar una serie de actitudes y habilidades de comunicación, que permitan gestionar los desafíos relacionales del día a día sin desbordarse emocionalmente, gestionando bien “la forma” para que llegue “el fondo”. Así, comprender el funcionamiento general del cerebro y los mecanismos que disparan la atención favorable, la resistencia o el rechazo del otro, se convierten en una gran ventaja competitiva.

La comunicación es “la llave” que permite gestionar eficazmente las relaciones y conocer el funcionamiento del cerebro es “la llave” que permite gestionar eficazmente las comunicaciones.

Inscripción: [aquí](#).



# Metodología didáctica

6 de febrero a 7 de junio

Horario: 9.00 a 14.00 y 15.00 a 18.00 h

Duración: 40 horas lectivas

- Speech dinámico y participativo del formador-coach.
- Videos metafóricos que inducen a la reflexión-acción.
- Música para dinamizar emocionalmente la sesión.
- Activación física para re-conectar la atención.
- Dinámicas de autodescubrimiento y reflexión (la gratitud, el cambio, el estrés, las creencias, los miedos, el equipo, la autosuperación).
- Plan de trabajo hasta la siguiente sesión.
- OPCIONAL: **dinámicas de alto impacto** realizadas de forma totalmente libre y voluntaria por los participantes.

La formación específica de Leandro Fernández Macho para facilitar este tipo de dinámicas, garantiza que se lleven a cabo siguiendo los máximos estándares de seguridad para los participantes.

De este modo, el aprendizaje se realiza de forma “emocional”, dejando una profunda huella que impulsa el cambio.

Inscripción:



942 318 314