

Desarrollo de Power Skills para Equipos y Líderes

Temario

1. Comunicación Efectiva y No Verbal:
 - 1.1 El protagonista es la audiencia.
 - 1.2 Estructura efectiva del mensaje, considerando el impacto en el cerebro del receptor.
 - 1.3 Escucha activa y feedback constructivo, activando las neuronas espejo para la empatía.
 - 1.4 Técnicas de persuasión y manejo de objeciones, comprendiendo los sesgos cognitivos.
 - 1.5 Importancia del lenguaje corporal, gestual y paralingüístico, y su influencia en la comunicación no verbal.
2. Colaboración y Gestión de Conflictos:
 - 2.1 Estrategias de trabajo en equipo y sinergia, fomentando la cooperación y la confianza.
 - 2.2 Herramientas para la resolución y prevención de conflictos, abordando las reacciones emocionales desde la neurociencia.
 - 2.3 Identificación de sesgos y barreras que dificultan el trabajo conjunto, comprendiendo su origen cognitivo.
3. Empatía, Asertividad e Inteligencia Emocional:
 - 3.1 Desarrollo de la autoconciencia y la autorregulación emocional, gestionando las respuestas del sistema límbico.
 - 3.2 Prácticas de comunicación empática y asertiva, fortaleciendo las relaciones efectivas.
 - 3.3 Detección y gestión de creencias o reacciones inconscientes, explorando los patrones neuronales.
4. Efectividad Personal:
 - 4.1 Técnicas efectivas de gestión del tiempo y priorización, optimizando el funcionamiento del córtex prefrontal.
 - 4.2 Herramientas de organización, seguimiento y control de objetivos, utilizando la visualización y la planificación estratégica.
 - 4.3 Manejo del estrés y equilibrio personal a través del cuerpo, los pensamientos y la respiración regulando la respuesta del sistema nervioso.
5. Liderazgo y Autoliderazgo:
 - 5.1 Cualidades de un liderazgo constructivo, inclusivo y responsable, inspirando confianza y motivación.

- 5.2 Influir positivamente en el equipo y en el entorno sin necesidad de autoridad formal, desarrollando habilidades de influencia social.
- 5.3 Generar compromiso, transparencia y confianza, construyendo relaciones sólidas basadas en la honestidad y la comunicación abierta.

6. Integración y Aplicación Práctica (Con Casos Reales):

- 6.1 Análisis de casos prácticos reales y relevantes para el contexto de los participantes.
- 6.2 Debate y retroalimentación grupal para aplicar las power skills en el día a día.
- 6.3 Creación de planes de acción individuales.
- 6.4 Reflexión final y compromisos a corto plazo.