

Competencias Personales

Las competencias personales son la suma de conocimientos, actitudes, valores y habilidades que nos permiten desarrollar mejor nuestras actividades.



En este Programa, vamos a trabajar aquellas competencias que consideramos centrales para dar lo mejor de cada uno en el entorno profesional en que se mueve, ya que, mejorándolas, podremos aumentar nuestra contribución a los resultados de manera proactiva y flexible.

¿En qué consiste el Programa?

El DCP es un itinerario en el que obtendremos aprendizajes y herramientas prácticas que podremos ir aplicando y transfiriendo a nuestra realidad desde el primero momento.

Estas herramientas se dirigen principalmente a desarrollar/reforzar el auto-liderazgo. Un autoliderazgo enfocado a influir conscientemente en lo que sentimos, nos decimos y lo que hacemos para poder alcanzar las propias metas y objetivos.

4 sesiones x 5 horas



Trabajos de reflexión y transferencia durante el proceso



Contará asimismo con una charla facilitada por una figura directiva que compartirá su visión y explicará cómo aplica en su organización alguno de los contenidos del programa.

¿A quién va dirigido?

Profesionales de cualquier área de negocio que necesiten desarrollar sus competencias personales fundamentales para ejercer su rol y aumentar sus posibilidades de desarrollo profesional.



*Todos los participantes que completen con éxito el programa recibirán un Certificado Digital del programa de SOLO Consultores que podrán compartir con sus redes de contactos directamente desde Accredible.



EDICIÓN PRESENCIAL

FECHAS:

4, 11, 18 y 25 de octubre de 2022

HORARIO:

De 09 a 14 h

CONTENIDOS:

SESIÓN 1 – Comprendiendo el comportamiento humano. Gestión y regulación emocional

SESIÓN 2 – Autoconocimiento y mapa de creencias personales. Nuestro modelo relacional

SESIÓN 3 – Descubriendo la capacidad de influencia positiva en los demás. El modelo de los 4 niveles de influencia

SESIÓN 4 – Gestión efectiva del tiempo. Proactividad y asertividad

LUGAR: BCN

Ronda Barcelona

Consell de Cent 382, Barcelona

<M> L4-Girona, <M> L2-Tetuán

Autobuses 6, 7, 19, 39, 45, 47, 50, 51,

54, 55, 62, V17, H12, B24

934-614-704 / 655-494-758

info@rondabarcelona.com

Más información:

marta@soloconsultores.com

Programa bonificable por FUNDAE

Desarrollo de Competencias Personales (DCP)

4ª edición PRESENCIAL | 4, 11, 18 y 25 de octubre de 2022

¿Qué aporta el DCP?

Los participantes...



Habrán conseguido conocer las dimensiones básicas del comportamiento de las personas en las organizaciones



Dispondrán de herramientas para mejorar su gestión emocional y relacional



Habrán desarrollado habilidades para gestionar su agenda, definir prioridades y aumentar su proactividad

Metodología

Sesiones
presenciales
9.00-14.00



Discusión de
casos en equipo



Ejercicios



Trabajo
Individual/Grupal
en Teams/mail



Comunidad



Foro de discusión



Videos



Materiales

HERRAMIENTAS QUE TE LLEVARÁS:



Mapa de identificación
de emociones



Modelo para reformular
creencias limitantes



Autodiagnóstico relacional en base
a los 5 actos relacionales



Modelos de Comunicación asertiva



Los 4 niveles de influencia



La productividad personal



Círculo de Influencia
y Proactividad

Coordinadores y docentes

Coordinadora y
formadora



Marta Garcia

Socia Directora
SOLO consultores

Formadores



Nuria Povill

Socia Directora
SOLO consultores



Xavier Santigosa

Director
SOLO Consultores

Organizadores

solo

Construyendo Valor Total



Directivos invitados a realizar charlas durante el programa