



LIDERAZGO PERSONAL

DURACIÓN: 12 horas

CRÉDITOS ECTS: 0

OBJETIVOS

- Aprender a gestionar los procesos de cambio, sus fases, obstáculos y apoyos de manera productiva y consciente.
- Descubrir mis talentos, áreas de mejora, patrón de comportamiento y autosabotajes inconscientes más habituales.
- Descifrar y superar las barreras limitantes que la mente crea con empatía y optimismo.
- Establecer prioridades y conocer actitudes mentales potenciadoras.
- Aprender a facilitar una nueva mentalidad que amplíe tu capacidad de crecimiento, autodominio y bienestar.

PROGRAMA CONTENIDOS

1. PROCESO DE CAMBIO

- 1.1.El proceso de cambio
- 1.2. Cambio vs transformación y tipos de cambio
 - 1.2.1 Tipos de cambio
 - 1.3. Fases del cambio. Resistencia y emociones.
 - 1.4. Fuerza del cambio: impulso y freno

2. ESTILO DE LIDERAZGO ACTUAL

- 2.1.Tu estilo de liderazgo
 - 2.1.1 Mindset para líderes
 - 2.2. Análisis DAFO mis áreas ciegas. El CAME
 - 2.3.El análisis CAME, un paso más

3. BARRERAS LIMITANTES

- 3.1.Cómo la mente filtra la realizad y cómo ampliar nuestro marco de referencia
- 3.2.Cómo percibimos la realizad y el modelo de comunicación de la PNL
- 3.3. Una breve introducción a la PNL (programación neurolingüística)
 - 3.3.1 ¿Qué entendemos por programa?
 - 3.4. Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas Unidad

4. Actitudes mentales potenciadoras

- 4.1.De víctima a líder: descifrar y superar las barreras limitantes mentales y abrir las puertas al cambio
- 4.2. Esquemas mentales: ¿positivos o negativos?

- 4.3.Barreras: miedos y resistencias
 - 4.3.1 ¿Cuál es tu miedo o miedos más recurrentes?
 - 4.3.2 Creencias limitadas
 - 4.3.3 Patrones de conducta o actitudes

5.NUEVO MAPA DE LIDERAZGO

- 5.1.Mindset: Mentalidad de crecimiento
- 5.2.El círculo de la influencia o cómo tomar las riendas de tu vida
- 5.3. Elementos clave de un plan de acción.
 - 5.3.1 Objetivos SMART