

KATHAROS



EMOCIÓN

EXTRAORDINARIA





EMOCIÓN EXTRAORDINARIA

MANEJO ASERTIVO DE LAS EMOCIONES EN EL ENTORNO LABORAL



¿QUÉ ES?

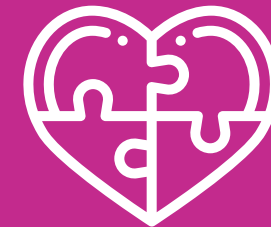
Este espacio de inspiración busca sensibilizar a los participantes en el manejo de emociones en el ambiente laboral de manera asertiva, logrando potenciar su capacidad de manejar situaciones particulares que involucran sentimientos, reacciones y percepciones.



¿CÓMO FUNCIONA?

Técnicas y herramientas entregadas durante la sesión les permitirán construir una cultura (y por ende, un ambiente) de trabajo más enfocado a la empatía, la colaboración y la comunicación.

Finalmente, se buscará identificar actitudes y comportamientos a transformar tanto hacia adentro (cliente interno), como hacia fuera (cliente externo). Todo esto concientizará al equipo de la importancia de mantenerse en sintonía con los objetivos del negocio, el crecimiento laboral (cumplimiento de metas) y el manejo de estadios emocionales para trabajar en un ambiente constructivo y feliz.



METODOLOGÍA

- Asertividad emocional.
- ¿Cómo estamos?:**
- Frenos y Aceleradores.
- Rompiendo paradigmas.
- Actividad experiencial.
- Reflexión emocional y procesamiento mental.
- Luz y sombra de la emoción.
- Propuestas para la práctica.
- Técnica CCC (*Confronto, Comunico, Cambio*) en el día a día.
- Declaración de valores como equipo.