

Herramientas para acompañar los procesos de cambio

Objetivos

- **Adquirir herramientas básicas** para fortalecer el autoliderazgo y la automotivación que faciliten avanzar hacia el logro de objetivos profesionales en tiempos de cambio.
- **Acompañar positivamente** la vivencia personal de los miembros de la organización en situación de cambio.
- **Conocer y reconocer** las fases de los procesos de cambio.
- **Conocer** cómo se crean los estados internos y desarrollar los más eficientes para gestionar los cambios.
- **Identificar y gestionar** las principales creencias y emociones en un proceso de cambio.



Programa

1. El cambio personal

El cambio: implicaciones y actitudes

La personalidad y el cambio

Las fases del cambio: llamada a la aventura, negación, miedo y travesía por el desierto

Las reacciones eficientes y las negativas ante los cambios

2. Estados internos

Cómo afectan los procesos de cambio a nuestros estados internos

Cuáles son los estados internos eficientes para los procesos de cambio

3. Gestión de las creencias eficientes en un proceso de cambio

Creencias relacionadas con el cambio: limitantes y potenciadoras

Relación entre creencias y conductas

4. Gestión de las emociones

Cuáles son las emociones asociadas a cada etapa de un proceso de cambio

Estrategias eficientes de gestión para cada tipo de emoción

5. Casos prácticos: análisis y aplicación de las estrategias

Cambios por la incorporación de nuevos compañeros al trabajo y por incorporarse a nuevos puestos

Cambios en la categoría laboral

Cambios por la incorporación de nuevos programas informáticos

Previsión de cambios futuros



Duración: 15 horas