

Bienestar mental en la relación con tu equipo

OBJETIVOS

Diariamente trabajamos con otras personas, y ponemos el foco en la productividad, los resultados y la eficacia. Sin embargo, muchas veces pasamos por alto que la **capacidad de establecer relaciones interpersonales** con las personas del equipo es determinante para obtener buenos resultados finales. Este taller de sensibilización pretende aportar **claves y herramientas prácticas** para reforzar aspectos básicos dentro del papel de la persona responsable de equipos, como la generación de confianza y de entornos de seguridad psicológica, la actitud, las habilidades conversacionales y la comunicación en la diversidad.

DIRIGIDO A

Responsables de equipos y mandos con personas a su cargo.

OTROS ASPECTOS DE INTERÉS

Taller experiencial donde se favorecerá la reflexión de las personas participantes y el debate para favorecer el autoconocimiento y aumentar el compromiso con la acción y el cambio.

Índice del contenido

1. La confianza. Generar entornos de seguridad psicológica.
2. La actitud de la persona responsable.
3. Conversaciones emocionalmente constructivas.
La importancia de la comunicación no verbal en las relaciones: presencia, mirada...
4. La diversidad. Cómo hablar con personas diferentes.



4 horas.



Profesionales con experiencia en potenciar las habilidades emocionales saludables.



Aula de Mutua Navarra.