

Detectar y apoyar a las personas de tu equipo con malestar emocional

OBJETIVOS

Aprender a detectar tempranamente signos de malestar emocional en las personas de tu equipo y prestarles el apoyo emocional más efectivo.

DIRIGIDO A

Responsables de equipos.

OTROS ASPECTOS DE INTERÉS

Es fundamental que quienes ostentan responsabilidades de mando dispongan de herramientas para prestar apoyo emocional a personas trabajadoras en dificultad mediante intervenciones breves y, en su caso, la motivación y derivación a recursos especializados.

Índice del contenido

1. La salud mental en la empresa.
2. La importancia de la relación de liderazgo en el apoyo emocional.
3. Estrategias y habilidades de detección: observación, escucha, presencia.
4. Estrategias y habilidades básicas de apoyo emocional: conversaciones, empatía, pregunta, orientación.



4 horas
Formato taller práctico.



Profesionales con experiencia
en potenciar las habilidades
emocionales saludables.



Aula de Mutua Navarra.