

Gestión emocional en la empresa



El objetivo principal de estas sesiones es poder canalizar la tensión emocional que estamos viviendo a raíz del COVID-19, y que la OMS ya adelantó en un comunicado que ahora las empresas deben tener en cuenta las consecuencias psicológicas que está dejando la pandemia. Son momentos duros, donde alguno de los miembros de nuestro equipo, o nosotros mismos, precisemos de apoyo psicológico, ya sea por prevenir, lo cual es positivo, o porque estamos sobrepasados.

Actualmente los trabajadores y profesionales están expuestos a mayores presiones de lo que estaban habituados. Factores como la ansiedad, el estrés, la incertidumbre, hacen que mermen su rendimiento y el potencial se resienta. Todo ello incide negativamente en la productividad y en la cuenta de resultados, además de posibles bajas, mal clima laboral, desconcentración, falta de coordinación, etc. Adelantémonos a posibles casos más graves como depresión, trastorno de ansiedad, insomnio, trastorno por estrés postraumático, entre otros.

Este **programa en régimen abierto, comenzará el 22/10/2020 y será on-line**. Lo hemos diseñado especialmente para la situación actual, con un enfoque multidimensional, enfocándonos a las distintas facetas y roles que tenemos las personas. Trabajaremos desde lo cognitivo a lo fisiológico, pasando por lo conductual y emocional, todo ello a partir de abordar conocimientos y actividades prácticas y dinámicas que den un aprendizaje real a los asistentes para poder aplicarlo en su día a día.

Los participantes obtendrán un completo conocimiento de lo que está pasando en cada uno de ellos, a partir de cuestionarios y evaluaciones; y les aportaremos herramientas, estrategias, técnicas y consejos, para enfrentarse de manera correcta y positiva a la situación actual. Es el momento de trabajar los aspectos anímicos y emocionales de las personas que componen las Organizaciones, para mejorar su bienestar emocional y evitar así males mayores.

Este programa está disponible para llevar a cabo también en in company, totalmente personalizado.

Para más información e inscripciones: formacion@cilconsulting.com