

## Curso

---

Desarrollo de Habilidades Personales en la  
Dirección y Gestión de Proyectos :

### **La Gestión del Cambio**

20 horas

2ª Edición

Vigo, Viernes Tarde y Sábado Mañana  
11, 12 y 18, 19 de Noviembre de 2016

---

Vitae Consultores

[www.vitaedigital.com](http://www.vitaedigital.com)

## La Gestión del Cambio

---

### Introducción

Liderar un proyecto no consiste en repartir funciones, esperar que cada uno haga su parte y que lleguen todos a tiempo y contentos, con el resultado esperado y listo para entregar.

El mundo que nos toca vivir nos proporciona un contexto de incertidumbre en el que los cambios son la constante y, en muchas ocasiones, no tenemos posibilidad alguna de control sobre ellos. Pero incluso, cuando los cambios son internos y parecieran “a priori” más fácilmente manejables, la realidad demuestra que, con demasiada frecuencia, el cambio acaba cobrando un alto peaje al equipo, a la organización e incluso al propio cliente.

Manejarse en este escenario de forma adecuada y adaptada a cada situación, exige un alto desempeño en competencias emocionales.

Estas competencias se pueden aprender y desarrollar y tu desempeño profesional depende del desarrollo de esas competencias. Es más, en su ausencia es precisamente en lo que se basará cualquier crítica “interna” a la labor, tuya y/o de tu equipo.

La realidad manda: lo que importa es que “los números den”.

Pero... ¿quién consigue esos “números”? ¿Personas dirigidas y organizadas por otras personas? ¿O es simplemente cuestión de suerte?

¿Qué es lo que realmente marca la diferencia? Algo tan sencillo y tan complejo como es el desempeño de cada una de “esas” personas, en “ese puesto” concreto, dentro de “ese” equipo y de “esa” precisa empresa. Y eso, va mucho más allá del conocimiento y del buen hacer que “prometen” las competencias técnicas.

Y si eso lo sabemos todos, ¿cómo es que no existe coherencia entre lo que sabemos y lo que hacemos? Podemos justificar la respuesta recurriendo al mito (la falta de tiempo, de recursos, de personal...) o rendirnos ante la evidencia de que, probablemente, al equipo de proyectos, e incluso al jefe de proyectos, esas competencias se le dan por “supuestas” cuando se incorporan al puesto y, sólo en contadas ocasiones, se le proporciona formación específica al respecto y menos aún posibilidad de formación continua después.

Nosotros sabemos “qué” y sabemos “cómo” ayudarte en el desarrollo de esas competencias “intangibles” de forma que “te las lleves puestas” desde ya, para que sepas por dónde y cómo empezar.

Y si has llegado leyendo este texto hasta aquí, como no creemos en la casualidad...

A ti, precisamente ¡te estamos esperando!.

## Objetivos

- ✔ Comprender la necesidad del desarrollo emocional como clave para la consecución de objetivos individuales y de equipo.
- ✔ Aprender a detectar y reconocer las emociones más frecuentes, en uno mismo y en aquellos con los que trabaja, especialmente al afrontar situaciones de cambio.
- ✔ Comprender cómo funcionan nuestras emociones y cómo gestionarlas para que nos ayuden a trabajar a favor de nuestros objetivos e intereses y no en contra.
- ✔ Incorporar herramientas y prácticas que faciliten la gestión de personas ante el cambio, aprendiendo a establecer relaciones positivas y evitando el deterioro o ruptura de relaciones en esas situaciones
- ✔ Practicar el tránsito de las emociones que generan malestar hacia estados que proporcionen sensación de bienestar.
- ✔ Desarrollar un plan de acción para continuar tu propio desarrollo emocional.

**Dirigido a :** Todos

**Metodología :**

No tendría sentido “hablar” de emoción sin “manejar” emociones, por lo que La formación se llevará a cabo combinando la explicación de conceptos con la continua puesta en práctica de los mismos, para lo cual haremos uso del análisis individual, trabajo en parejas y trabajo en grupo (creando espacios de reflexión, discusión e interacción). Seguiremos una dinámica de trabajo totalmente práctica y participativa, facilitando la relación e involucración de todos los participantes.

## Temario ( 20 Horas )

### **✓ MÓDULO 1- El cambio en la gestión de proyectos**

- ¿Inevitabilidad del cambio?
- Factores mutables: internos vs. externos
- La incertidumbre y la “necesidad de control”
- Actitud: ¿problema u oportunidad?
- ¿Realmente ha de ser “necesariamente” gestionado?

### **✓ MÓDULO 2- Competencias emocionales del equipo de gestión de proyectos**

- Relaciones y roles del equipo de proyectos
- El papel del “jefe de proyectos”

### **✓ MÓDULO 3- Gestión emocional ante el cambio**

- ¿Qué, cómo y cuándo hay que gestionar?
- Emoción y estados emocionales
- Resistencias: cómo detectarlas y estrategias para afrontarlas
- Gestionando “personas” ante el cambio
  - o El monstruo del “Miedo”
  - o La “irritación permanente”
  - o Impulsividad
  - o Exceso o ausencia de reactividad

### **✓ MÓDULO 4- Plan Personal de Desarrollo Emocional**

- Cada participante, en base a los nuevos conocimientos adquiridos y con la guía del formador, elaborará su propio plan personal con el objetivo de que pueda seguir desarrollando las competencias “clave” para su desarrollo profesional al finalizar el curso- taller.
- Adquiriendo nuevos hábitos

## Información del curso

**20 Horas en 4 Sesiones de 5 Horas**

**Vigo**

**Fechas** : 11, 12, 18 y 19 de Noviembre del 2016

**Horario** : Viernes de 16:00 a 21:00h y Sábado de 9:00 a 14:00h

**Lugar** : Vigo, Centro Social Fundación AFundacion ABANCA Vigo  
C/ Policarpo Sanz, 24 - 26.  
36202 Vigo

**FORMADORA****Elena Frade**

Consultora en RRHH, Coach Personal, Ejecutivo y Corporativo, Formadora en competencias de Inteligencia Emocional aplicada a la empresa, “Trainer” de grupos en habilidades socioemocionales y creadora del Programa de Desarrollo Directivo “Líder Emocional”.

Licenciada en Derecho por la Universidad de A Coruña, Abogado del Ilustre Colegio de Abogados de A Coruña desde 1995, Máster en Dirección y Gestión de RRH (Madrid) Triple Máster en Prevención (Técnico superior con 3 especialidades), Medioambiente y Calidad; Postgrado en Formación de Formadores por la Universidad de Santiago de Compostela y Experto en Gestión de Formación; Postgrado en Cooperación Internacional y Gestión de ONG’S (Universidad de A Coruña), Curso de especialización en intervención en áreas desfavorecidas y colectivos de especial vulnerabilidad social; Formación en Coaching Personal, Ejecutivo y Corporativo, Facilitador autorizado el curso “Directivo Coach” por The International School of Coaching, Practitioner en PNL y Master Coach, Máster en Coaching para Procesos de Cambio. Cursa estudios de Psicología.

Comenzó su singladura profesional como Abogado y Asesor de empresas por cuenta propia, pasando luego al área de RRHH, como Jefa de Personal, Directora de RRHH y posteriormente como Consultora y Formadora.



Desde 2005 incorpora a su trayectoria “la aventura del Coaching” llevando, desde entonces, más de 10.000 horas de sesiones individuales y/o grupales. En los últimos 10 años diseña e imparte cursos y talleres de Desarrollo en Habilidades personales y profesionales

Interesada en el conocimiento técnico, la gestión y los procesos, como “los pilares” del buen funcionamiento de la empresa, su evolución profesional le llevó a descubrir que no basta con el conocimiento de la información, ni con establecer e implementar los procesos adecuados, si no que la “dimensión humana” y, por tanto, su desarrollo, constituyen la “variable clave” para que las cosas funcionen.

Ha Formado y ha asesorado a más de 500 Empresas y Organizaciones a lo largo de sus más de 20 años de experiencia profesional.

Consultora Asociada a Vitae Consultores.

**CONDICIONES ECONÓMICAS**

<b>Tarifa por asistente</b>	<b>190</b> <b>(Cuota Bonificable por la Fundación Tripartita)</b>
<b>Tarifa por asistente a partir de dos personas inscritas de la misma empresa u organización</b>	<b>150</b> <b>(Cuota Bonificable por la Fundación Tripartita)</b>

**Curso Bonificable por la Fundación Tripartita**

Se añadirá el 21 % de IVA

**Forma de Pago con posterioridad a la finalización del curso por transferencia bancaria.**

**Datos de Contacto para inscripción:**

Marcos Carbonell : [marcos@vitaedigital.com](mailto:marcos@vitaedigital.com)  
Tlf : 986 47 21 01 / 637 82 02 57  
Mail Vitaet Consultores : [vitaet@vitaedigital.com](mailto:vitaet@vitaedigital.com)

**Plazas limitadas, reserva de plazas por riguroso orden de inscripción.**