



EMPRESAS

EMOCIONALMENTE

INTELIGENTES,

EMPRESAS EFICIENTES.

10
AÑOS
CONTIGO

ÍNDICE

¿QUÉ APORTA BEST A TU EMPRESA?	03.
METODOLOGÍA BEST	04.
¿PARA QUÉ HACEMOS LO QUE HACEMOS?	06.
DATOS URGENTES	07.
PROPUESTAS A MEDIDA	08.
¿QUÉ LOGRARÁ TU EQUIPO?	10.
ANEXO I	11.
ANEXO II	13.



¿QUÉ APORTA BEST A TU EMPRESA?

Nuestra experiencia como pioneros y líderes en programas de formación especializados en competencias transversales, **basados en una metodología propia.**

Las competencias transversales son aquellas que permiten poner el **foco en uno mismo para responsabilizarse de las decisiones propias**, siendo así más coherentes y facilitando la relación con los demás. Y esto abarca la vida personal y la profesional.



**10 AÑOS DE
EXPERIENCIA**



**MÁS DE 2.500
ALUMNOS**



**METODOLOGÍA
PROPIA (*)**



**EL 95% DE LOS ALUMNOS AFIRMA
QUE HA SUPUESTO UN CAMBIO
SIGNIFICATIVO EN SUS VIDAS (**)**

*Ver anexo I “Mucho más que coaching” // **Ver anexo II “Han confiado en Best”



METODOLOGÍA **BEST**

Sabemos que cada persona está en un momento diferente y con experiencias distintas en su haber, lo que hace que los **resultados sean heterogéneos.**

Para ello proponemos **formaciones participativas e interdinámicas** en los que los formadores adaptan el contenido según la evolución de la misma, en base a los **intereses y conocimientos de los participantes.**

01.



02.



03.

 **CONTENIDO TEÓRICO**

Para comprender qué vamos a trabajar, por qué y para qué.

 **DINÁMICAS VIVENCIALES**

Para poner de manifiesto pensamientos, actitudes y conductas inconscientes.

 **PONEMOS LUZ**

Sobre esos sesgos inconscientes y cotidianos que suponen un obstáculo para el crecimiento.

06.



05.



04.

 **¿EL RESULTADO?**

Un clima laboral saludable que conduce a un aumento de la eficiencia.

 **DOTACIÓN DE HERRAMIENTAS**

Acompañando a las personas a superar esos obstáculos.

 **REFLEXIONES**

Individuales y grupales para fomentar la autoexploración, el descubrimiento y la toma de conciencia.



¿PARA QUÉ HACEMOS LO QUE HACEMOS?

Para mejorar y crecer.

Si jamás nos cuestionamos, nunca descubriremos **nuestra capacidad de mejora**. Estaremos conformes ignorando que tenemos actitudes, reacciones o sensaciones que no nos hacen bien y no le hacen bien a nuestro entorno.



EXPLICACIÓN TEÓRICA



REALIZACIÓN DE
DINÁMICAS



REFLEXIÓN COMPARTIDA



HERRAMIENTAS
PRÁCTICAS

Organización Mundial de la Salud

Temas de salud Países Centro de prensa Emergencias

Acceso / Comunicados de prensa / La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos

La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos

EFE: Productos Actualidad Webs temáticas Contacto Quiénes somos

Estado de la salud mental en España: la ansiedad crece un 34 % y ataca el doble a las mujeres

26 noviembre 2023

! ALGUNOS DATOS QUE URGEN A TOMAR MEDIDAS

RÉCORD HISTÓRICO

600.814

bajas médicas relacionadas con la salud mental se concedieron en 2023

LARAZON 25

Sociedad LOTERÍA DE NAVIDAD EL TIEMPO

El 40% de españoles sufre mala salud mental, y casi el 15% ha tenido ideas suicidas

En los adolescentes, el porcentaje de aquellos que han tenido ideas autolíticas se duplica, superando el 30%

laSexta EN DIRECTO PROGRAMACIÓN atresp

PROGRAMAS ESPAÑA ELECCIONES INTERNACIONAL DEPORTES ECONOMÍA SOCIEDAD CULTURA CIENCIA Y TECNOLOGÍA BIENESTAR EL TIEMPO

SOCIEDAD Igualdad Juicio Daniel Sancho Educación Lotería Sucesos

Día mundial contra la depresión

La depresión resistente o crónica suma cada año en España 44.000 nuevos casos

Mujer con 53 años de media, es el perfil más frecuente. Los expertos ponen el foco en el infradiagnóstico y aseguran además que en España el 75% de los niños con depresión no reciben tratamiento en los servicios de salud mental.

INICIO DEPORTES HUMOR OCIO Y CULTURA OPINIÓN PROGRAMAS PODCASTS Actualizado 25 Abr 2024 10:28

SER 100

Elige tu emisora

Sociedad

Cerca del 60% de jóvenes en desempleo de Castilla y León tiene un mayor riesgo de padecer problemas de salud mental

Un encuentro organizado por Fundación Santa María la Real puso de manifiesto la problemática de la salud mental juvenil en Castilla y León relacionada con el desempleo o la precariedad laboral



PROPUESTAS A MEDIDA

Nuestros programas están basados en **4 áreas de conocimiento conectadas**, que permiten ir construyendo el desarrollo de las personas de manera progresiva y sólida. **En el centro la gestión emocional como habilidad necesaria en la que se sustentan las demás:** comunicación, liderazgo y el propósito y crecimiento, cada una con sus técnicas y herramientas.

Estas áreas **se pueden abordar de manera individual e iterativa** para ir creciendo según las necesidades y circunstancias.



GESTIÓN EMOCIONAL



PROPÓSITO Y CRECIMIENTO



COMUNICACIÓN



LIDERAZGO



CON UNO MISMO

- Emociones
- Actitud
- Motivación
- Frustración
- Gestión estrés

- Propósito y valores
- Misión y visión
- Desarrollo del talento
- Sistémico
- Creatividad
- Metodologías ágiles...

- Estilos de comunicación
- Resolución de conflictos
- Negociación
- Oratoria
- Relación de ayuda/apoyo
- Feed back...

- Estilos de liderazgo
- Autoliderazgo
- Gestión de equipos
- Propósito y trascendencia
- Perfiles y roles
- Trabajo en equipo...

CON LOS DEMÁS

- Asertividad
- Empatía
- Relaciones saludables



¿QUÉ LOGRARÁ TU EQUIPO?

Obtendrá un **conocimiento imprescindible** para dar forma a **su propio manual de instrucciones** enfocado en:

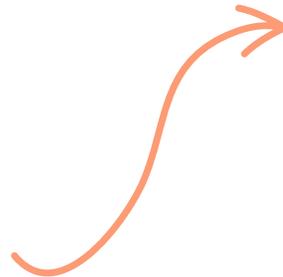
La suma de los cambios individuales logra un cambio global que conduce a una mejora de la empresa a través de su eficiencia.





ANEXO I: MUCHO MÁS QUE COACHING

En escuela **Best Coaching** queremos apoyar a nuestros clientes en su búsqueda de la excelencia, para ello **nutrimos nuestra metodología con las disciplinas más innovadoras:**



INTELIGENCIA EMOCIONAL

Competencias personales y sociales a través de la gestión emocional.



PNL

Procesos de aprendizaje, cambio y comunicación a través de los sentidos y el lenguaje.



SISTÉMICO

Entender cómo contribuir y sumar de manera efectiva al sistema y al equipo.



NEUROCIENCIA

Los últimos estudios de cómo funciona el cerebro, las emociones y los pensamientos.





ANEXO I: MUCHO MÁS QUE COACHING

Y aplicando técnicas innovadoras, vivenciales y transformadoras:

ALTO IMPACTO

Técnicas de aprendizaje acelerado para garantizar la integración del contenido y la motivación.



COACHING CON CABALLOS

Descubrir la parte más inconsciente para la toma de conciencia y aprendizaje, a través de los caballos.



SESIONES PLAYMOBIL

Gamificación de procesos personales y sociales a través del trabajo sistémico para ver roles, perspectivas y desequilibrios, con muñecos.





ANEXO II: HAN CONFIADO EN BEST





FORMACIONES PARA LA EXCELENCIA

- ESCUELA BEST -



WWW.ESCUELABESTCOACHING.COM



FORMACIONES@ESCUELABESTCOACHING.COM



613 479 036

Confidencialidad

Derechos de Autor Copyright 2014 Escuela BEST Coaching. Todos los derechos reservados.

Aviso: Este documento es material confidencial y propiedad de Escuela BEST Coaching. Se prohíbe el uso, reproducción o la divulgación del contenido de este material sin permiso previo y por escrito de la empresa propietaria.