



Autoliderazgo: Cómo sacar nuestra mejor versión

Un camino de desarrollo personal y
comunicación basado en la filosofía
Tú Sí Que Me Importas





ÍNDICE

03

¿POR QUÉ ESTE PROGRAMA?

04

OBJETIVOS

05

¿QUÉ VOY A APRENDER?

08

BIBLIOGRAFÍA

09

FORMADOR

¿Por qué este programa?

Gandhi, Mandela, Jesucristo, Shackleton... ¿Qué tienen en común estos personajes que tanto impacto han causado en nuestra sociedad? Hacían sentir importante a todo el que le rodeaba. El mundo nos enseña que nosotros somos los importantes, pero... ¿y si cambiamos ese paradigma y los demás pasan a ser más importantes que nosotros mismos?

Esta es la filosofía en la que creemos, un detalle que lo cambia todo.

Bienvenidos a un programa de valores, liderazgo y comunicación basado en la filosofía TSQMI

Para nosotros liderar significa inspirar, sacar lo mejor de la gente que nos rodea, y para ello, la única forma es si previamente sacamos lo mejor de nosotros mismos.

La pregunta es: ¿Cómo se hace eso? ¿Qué valores son los que guían tu vida? ¿Cómo los integras en tu día a día para ser una persona confiable e íntegra? ¿Es eso posible? ¡Sí! Bienvenidos al liderazgo basado en el TSQMI.



Objetivos

- 1 Conocerse a uno mismo. Saber cuáles son nuestras virtudes y debilidades.
- 2 Ser proactivos: La importancia de vivir en base a valores e integrarlos a través de los hábitos.
- 3 Parar y pensar en lo que realmente es importante en nuestras vidas... porque si no tenemos un destino claro, cualquier camino es bueno.
- 4 La gestión del tiempo: la importancia de planificar nuestro tiempo para poder invertirlo en lo que verdaderamente es importante.
- 5 Aprender a hablar en público
- 6 Entender y vivir la filosofía TSQMI.

¿Qué voy a aprender?

El programa está distribuido en dos partes.

Cada bloque es independiente, pero para entender toda la filosofía TSQMI y poder vivirla en su totalidad, se recomienda recibir la formación de ambos bloques.

BLOQUE I



LA IMPORTANCIA DEL AUTOLIDERAZGO

Vivir de una forma íntegra

BLOQUE II



LA COMUNICACIÓN

Vivir la filosofía TSQMI

Metodología

DINÁMICAS

Dinámicas de ayuda al autoconocimiento. “Solo mejoramos si somos conscientes de aquello en lo que hemos de mejorar”.

PARTICIPANDO

Nuestra metodología de trabajo consiste en hacer participativas las sesiones, tratando de que todos los participantes sean protagonistas.



UTILIZAMOS LA METODOLOGÍA LEGO

CERTIFICACIÓN LEGO SERIOUS PLAY

(Dinámicas Equipos en Empresas)



BLOQUE I

LA IMPORTANCIA DE VIVIR CONFORME A MIS VALORES: **AUTOLIDERAZGO**

Albert Einstein, decía "Educar con el ejemplo no es una manera de educar, es la única". La única manera de liderar, es decir, de llegar y de inspirar, es a través del ejemplo. Eso es exactamente lo que hace un líder, inspirar a través del ejemplo, sacar lo mejor de la gente que le rodea. El liderazgo es una actitud, una manera de vivir, y debemos ponerla en práctica en el trabajo con nuestros compañeros, con nuestros amigos y en nuestra casa. Pero... ¿Cómo lo vamos a hacer? Este es el programa:

CONTENIDO DEL BLOQUE I:



Utilizamos la metodología lego en algunas de las dinámicas del programa

CONOCERSE	Del temperamento al carácter. La importancia de conocer nuestro programa base y ver cómo modificarlo. Yo actual → Yo ideal
SER PROACTIVO	1- Qué valores quiero que me definan 2- Cómo integrar esos valores en mi persona: La importancia de los hábitos
¿PARA QUÉ?	Esa es la gran pregunta, pero... ¿Realmente hemos parado a pensarla? La importancia de dar un sentido a lo que hacemos
GESTIÓN DEL TIEMPO	La importancia de planificar nuestro tiempo en base a los valores que nos hayamos marcado como importantes, incorporándolos como acciones concretas en nuestra agenda del día.

Duración aproximada de 8 horas

Tras esta primera parte, el programa requerirá un parón de uno o dos meses para que los participantes interioricen y vivan todo lo aprendido hasta el momento.

BLOQUE II

LA COMUNICACIÓN: Cómo nos relacionamos con los demás. La comunicación basada en el TSQMI.

Ahora que ya hemos aprendido a gestionarnos en base a valores y funcionamos en base a ellos, empezamos a vivir de una forma íntegra, y eso inspira... ¡CONFIANZA! Es el momento de trabajar cómo nos relacionamos con la gente que nos rodea, es decir, cómo es nuestra comunicación y cómo impacta, pero sobre todo... cómo queremos impactar.

CONTENIDO DE LA SEGUNDA PARTE:

QUÉ ES COMUNICACIÓN	Aprenderemos la importancia de la comunicación y cómo podemos hacer uso de ella en nuestro día a día.
LA IMPORTANCIA DE LA ESCUCHA	Una escucha empática, sin prejuicios y entendiendo que la cada uno somos la suma de nuestras experiencias.
LA IMPORTANCIA DEL TSQMI EN LA COMUNICACIÓN	Cómo hacer sentir importante a la gente que nos rodea. Esa es la clave.
ESTRUCTURAR EL MENSAJE	Cómo hacer que nuestro mensaje llegue llevándoles a la acción.
LA IMPORTANCIA DE LA FORMA	No solo es importante qué decimos, sino cómo lo decimos. Eso lo cambia todo.
ARGUMENTAR Y REFUTAR A TRAVÉS DEL DEBATE.	La posibilidad de terminar el programa con un torneo de debate para poner en práctica todo lo aprendido.

Duración aproximada de 8 horas



Bibliografía

TODO EL PROGRAMA ESTÁ INSPIRADO EN EL SIGUIENTE MATERIAL.

- *"Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva"* de Stephen Covey
- *"La paradoja"* de James C. Hunter,
- *"Los 5 lenguajes del amor"* de Gary Chapman
- *"El hombre en busca de sentido"* de Viktor Frankl
- *"What makes a leader"* de Daniel Goleman
- *"What leader really do"* de John P. Kotter
- *"El Principito"* de Antoine de Saint-Exupéry
- *"El poder de los hábitos"* de Charles Duhigg
- *"Cabeza, corazón y manos"* de Álvaro González-Alorda
- *"Del temperamento al carácter"* de Alexandre Havad
- *"Conversaciones con Max"* de Ferrán Ramón-Cortés
- *"Vivir la vida con sentido"* de Victor Küppers
- *"Por qué pensar si no es obligatorio"* de Rafael Corazón



Formador

Eduardo Gratacós



GRADO DE DERECHO



PROGRAMA DE DESARROLLO DIRECTIVO



COACH POR LA ESCUELA EUROPEA DE COACHING



CERTIFICACIÓN LEGO SERIOUS PLAY (Dinámicas Equipos en Empresas)

+ DE 500 CURSOS Y FORMACIONES
EN COLEGIOS, EMPRESAS Y UNIVERSIDADES



FOMENTO DE CENTROS DE ENSEÑANZA

BoomerangTV

General Cable



LACOSTE

idneo



ATRÁPALO

ifitness

UIC
barcelona



institució
familiar d'educació



Universitat
Abat Oliba CEU

Universidad
Villanueva



attendis



Información adicional



El número mínimo de participantes por grupo será de 15



El programa tiene una duración aproximada de 16 horas
8 horas cada parte



El futuro está en sus manos...

