



## Curso Online de **Desarrollo de Equipos de alto desempeño**

*Claves para promover y gestionar grupos de trabajo preparados para alcanzar la excelencia en los diferentes ámbitos y departamentos de la actividad de una empresa.*



**[e]**  
Iniciativas Empresariales  
*| estrategias de formación*



MANAGER  
BUSINESS  
SCHOOL

Tel. 900 670 400 - [attcliente@iniciativasempresariales.com](mailto:attcliente@iniciativasempresariales.com)  
[www.iniciativasempresariales.com](http://www.iniciativasempresariales.com)

BARCELONA - BILBAO - MADRID - SEVILLA - VALENCIA - ZARAGOZA

## Desarrollo de Equipos de alto desempeño

### Presentación

Hoy en día resulta clave para las organizaciones contar con equipos de trabajo comprometidos, motivados, productivos y que otorguen un valor agregado a la empresa. Para ello es vital promover y generar espacios de formación y desarrollo de fortalezas y competencias que les permitan empoderarse y ser efectivos en sus roles y responsabilidades asignadas, promover vínculos de colaboración, confianza, gratitud y empatía con sus pares, contribuir a las metas y desafíos de forma creativa e innovadora, consiguiendo de esta forma impactar en los resultados organizacionales y en el desarrollo personal y profesional de cada integrante del equipo.

Para el desarrollo de equipos de alto desempeño nos enfocaremos en entrenar a los líderes, jefes o encargados que tienen a cargo la conducción de estos equipos en los conceptos que nos entrega la Psicología Positiva, ciencia que desde hace más de 20 años contribuye a que las personas puedan lograr un funcionamiento óptimo en sus distintos contextos de vida. Considerando el contexto laboral profundizaremos en conceptos tales como las fortalezas personales, las relaciones positivas o saludables, la consciencia y regulación emocional e intervenciones positivas individuales y colectivas, entre otras, para potenciar la gestión efectiva del equipo. La invitación es realizar un viaje para conocer y aprender herramientas y estrategias comprobadas por la ciencia para conectar con las personas a través de sus recursos y fortalezas personales e invitándoles a desarrollar la mejor versión de sí mismos para, a partir de ello, conformar un equipo de alto desempeño.

### La Educación On-line

Con más de 25 años de experiencia en la formación de directivos y profesionales, Iniciativas Empresariales y la Manager Business School presentan sus cursos e-learning. Diseñados por profesionales en activo, expertos en las materias impartidas, son cursos de corta duración y eminentemente prácticos, orientados a ofrecer herramientas de análisis y ejecución de aplicación inmediata en el puesto de trabajo.

Los cursos e-learning de Iniciativas Empresariales le permitirán:

1 La posibilidad de *escoger* el momento y lugar más adecuado.

2 *Interactuar* con otros estudiantes enriqueciendo la diversidad de visiones y opiniones y su aplicación en situaciones reales.

3 *Aumentar sus capacidades* y competencias en el puesto de trabajo en base al estudio de los casos reales planteados en este curso.

4 *Trabajar* con más y diversos recursos que ofrece el entorno on-line.

## Desarrollo de Equipos de alto desempeño

### Método de Enseñanza

El curso se realiza online a través de la plataforma e-learning de Iniciativas Empresariales que permite el acceso de forma rápida y fácil a todo su contenido (manual de estudio, material complementario, ejercicios de aprendizaje, bibliografía...) pudiendo descargárselo para que pueda servirle posteriormente como un efectivo manual de consulta. En todos nuestros cursos es el alumno quien marca su ritmo de trabajo y estudio en función de sus necesidades y tiempo disponible. Ponemos además a su disposición un tutor que le apoyará y dará seguimiento durante el curso, así como un consultor especializado que atenderá y resolverá todas las consultas que pueda tener sobre el material docente.

Podrá también descargarse la APP Moodle Mobile (disponible gratuitamente en Google Play para Android y la Apple Store para iOS) que le permitirá acceder a la plataforma desde cualquier dispositivo móvil y realizar el curso desde cualquier lugar y en cualquier momento.

El curso incluye:



### Contenido y Duración del Curso

El curso tiene una duración de **50 horas** distribuidas en 5 módulos de formación práctica.

El material didáctico consta de:

#### Manual de Estudio

Los 5 módulos contienen el temario que forma parte del curso y que ha sido elaborado por profesionales en activo expertos en la materia.

#### Material Complementario

Cada uno de los módulos contiene material complementario que ayudará al alumno en la comprensión de los temas tratados. Encontrará también ejercicios de aprendizaje y pruebas de autoevaluación para la comprobación práctica de los conocimientos adquiridos.

## Desarrollo de Equipos de alto desempeño

### Este curso le permitirá saber y conocer:

---

- Cómo identificar y desarrollar las fortalezas personales propias y del equipo de trabajo.
- Cómo fomentar y promover relaciones positivas y saludables en el equipo en base a la colaboración, la confianza, la gratitud y la empatía.
- Cómo aplicar intervenciones positivas individuales y colectivas para impactar en los resultados y bienestar del equipo de trabajo.
- Cómo las emociones positivas nos hacen crecer y ampliar nuestros recursos.
- Cómo sus propias fortalezas y recursos personales pueden contribuir a gestionar de mejor forma a su equipo de trabajo.
- Qué es el liderazgo transformacional. Qué acciones o prácticas debe llevar a cabo un líder transformador.

“ Los equipos de alto rendimiento permiten a las empresas una consecución de objetivos rápida y eficaz, crearlos y gestionarlos requiere determinadas condiciones y necesidades”

### Dirigido a:

---

Gerentes de empresa, Directores y Mandos Intermedios con equipos de trabajo de los diferentes departamentos de la empresa, así como a todos aquellos profesionales que precisen entender el proceso de creación de un equipo y lo que implica el liderazgo hacia un alto rendimiento del mismo.

## Contenido del Curso

### MÓDULO 1. Las fortalezas personales

12 horas

En el ámbito organizacional, cuando pensamos en cómo mejorar nuestro desempeño, obtendremos muchos más logros y avances si nos centramos en usar aquello en lo que somos buenos, en nuestros principales recursos y competencias y en aquello que nos hace sentir plenos y disfrutar, es decir, en nuestras virtudes y fortalezas.

- 1.1. Introducción a las fortalezas personales:**
  - 1.1.1. Manual de virtudes y fortalezas personales.
- 1.2. Modelo CEA: Consciencia – Explorar – Aplicar**
  - 1.2.1. Consciencia: identificación de fortalezas.
  - 1.2.2. Explorar: indagar sobre las fortalezas personales.
  - 1.2.3. Aplicar: desarrollo y despliegue de fortalezas personales.
- 1.3. Retroalimentación y reconocimiento de fortalezas personales.**
- 1.4. Evidencia científica.**

### MÓDULO 2. Gestión emocional

10 horas

En el contexto organizacional y considerando el rol del líder de un equipo es relevante que éste, frente a las diversas responsabilidades y situaciones que debe enfrentar y administrar con su equipo de trabajo cotidianamente, cuente con los recursos necesarios para manejar su mundo emocional, vincularse adecuadamente con otros y que ello genere un impacto positivo en el ejercicio de su rol.

- 2.1. Introducción a la gestión emocional.**
- 2.2. Competencias emocionales:**
  - 2.2.1. Consciencia emocional.
  - 2.2.2. Regulación emocional.
  - 2.2.3. Autonomía emocional.
  - 2.2.4. Competencia social.
  - 2.2.5. Competencias para la vida y el bienestar.
- 2.3. Estrategias de regulación emocional.**
- 2.4. Evidencia científica.**

## Desarrollo de Equipos de alto desempeño

### MÓDULO 3. Intervenciones positivas individuales

12 horas

La Ciencia de la Felicidad ha comprobado que ser más felices no sólo nos hace sentir bien, trae consigo múltiples ventajas adicionales en el ámbito laboral que se traducen en que las personas son más productivas en su trabajo, son mejores líderes y negociadores, manifiestan mayor flexibilidad, tienen más energía, son más sociables y enfrentan mejor la adversidad.

En definitiva, esta ciencia a través de su estudio logra demostrar que la felicidad es un agente causal del funcionamiento óptimo.

#### 3.1. Introducción a la felicidad y el bienestar.

#### 3.2. Intervenciones positivas:

##### 3.2.1. Intervenciones positivas conductuales:

3.2.1.1. Expresar gratitud.

3.2.1.2. Practicar la amabilidad.

##### 3.2.2. Intervenciones positivas cognitivas:

3.2.2.1. Cultivar el optimismo.

3.2.2.2. Saborear las alegrías de la vida.

##### 3.2.3. Intervenciones positivas motivacionales/afectivas:

3.2.3.1. Comprometerse con tus objetivos.

#### 3.3. Evidencia científica.

### MÓDULO 4. Intervenciones positivas colectivas desde el modelo PERMA

8 horas

Para efectos vinculados a desarrollar equipos de alto desempeño nos enfocaremos en 3 elementos del modelo de bienestar (PERMA): las emociones positivas, las relaciones positivas y el sentido. El desarrollo de estos elementos inicia un camino para el funcionamiento óptimo de las personas.

#### 4.1. Introducción al modelo PERMA:

4.1.1. Emociones positivas (Positive Emotions).

4.1.2. Relaciones positivas (Relationships).

4.1.3. Sentido (Meaning).

#### 4.2. Evidencia científica.

## MÓDULO 5. Liderazgo transformacional

8 horas

Un líder transformador demuestra con sus actos que tiene fe en sus palabras, dando el ejemplo en todo lo que ha dicho. Se preocupa por el desarrollo de sus empleados, los inspira a dar lo mejor de sí mismos, crea sistemas de reconocimiento, les delega poder, se comunica periódicamente con ellos y los reta constantemente a buscar caminos creativos para satisfacer al cliente y mejorar la eficiencia.

### 5.1. Introducción al liderazgo transformacional.

### 5.2. Dimensiones del liderazgo transformacional:

- 5.2.1. Estimulación intelectual.
- 5.2.2. Motivación inspiracional.
- 5.2.3. Consideración individual.
- 5.2.4. Influencia idealizada.

### 5.3. Evidencia científica.

## Desarrollo de Equipos de alto desempeño

### Autores

El contenido y las herramientas pedagógicas del curso han sido elaboradas por un equipo de especialistas dirigidos por:



#### Josefina Espósito

Psicóloga Clínica y Organizacional, Mentora, Coach & Thinking Partner, consultora en Bienestar, especialista en Indagación Apreciativa, Psicóloga y Coach especialista en Psicología Positiva, Mindfulness, Bienestar, Felicidad y Salud Mental.

Facilita en las organizaciones el desarrollo de fortalezas personales, regulación emocional, comunicación asertiva, relaciones saludables, cumplimiento de objetivos y aumento del bienestar a través de los aportes de estas metodologías.

#### Carolina Pichuante

Psicóloga Organizacional, Especialista en Psicología Positiva y Coaching Apreciativo con más de 10 años de experiencia en gestión de personas y consultoría en temáticas asociadas a Desarrollo Organizacional, Calidad de Vida Laboral, Capacitación, Reclutamiento y Selección de Personal.

Cuenta también con amplia experiencia y conocimientos en liderazgo de equipos de trabajo y temáticas vinculadas a la gestión del clima laboral, desempeño, formación y bienestar.

Las autoras y el equipo de tutores estarán a disposición de los alumnos para resolver sus dudas y ayudarles en el seguimiento del curso y el logro de objetivos.

### Titulación

Una vez finalizado el curso de forma satisfactoria, el alumno recibirá un diploma acreditando la realización del curso **DESARROLLO DE EQUIPOS DE ALTO DESEMPEÑO**.

