Proyecto de fortalecimiento psicosocial con Coaching

El compromiso de las empresas con sus colaboradores más allá de lo económico forma parte de la Responsabilidad Social Empresarial, brindando herramientas que les permitan lograr una calidad de vida que los haga eficientes y comprometidos con los objetivos de la empresa y por sobre todo se mantengan con salud para beneficio de la Empresa y de la propia persona.

La OMS define a la SALUD como:

> **«La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades».**

El aspecto físico de la Salud generalmente es la más cuidada pues es también la más visible por sus manifestaciones sintomáticas, en cambio en el aspecto mental y social en la mayoría de los casos son invisibles, hasta que los efectos ya sean somatizados y convertidos en enfermedades físicas.

El apoyo psicosocial a los talentos humanos puede evitar que se llegue al extremo de la somatización de la salud mental y social, es por ello que existen fuertes recomendaciones de entidades expertas en higiene y salud laboral para que se brinde este apoyo.

El mobbing (acoso laboral) es una realidad presente y puede provenir de cualquier jerarquía incluso de los subordinados, pueden ser de diferentes tipos desde el horizontal hasta el perverso, pero son difíciles de detectar y sobre todo de comprobar.

Javier RoaB
Coach Ontológico

El burnout(síndrome del trabajador del quemado)muy relacionado con el estrés y el agotamiento, es la cronificación del estrés laboral, se manifiesta a través de un estado de agotamiento físico y mental que se prolonga en el tiempo y llega a alterar la personalidad y autoestima del trabajador, hay un mayor riesgo de padecer el síndrome de *burnout* cuando existe una gran **discrepancia entre las expectativas laborales del trabajador y la realidad de las tareas** a las que se enfrenta día a día, o existe un ambiente laboral con exceso de tensión, degradado y/o con relaciones laborales manifiestamente conflictivas.

Las citadas y otras dolencias que afectan al trabajador en el aspecto físico y social hacen que el mismo vaya perdiendo productividad en detrimento de lo que la empresa espera de él, es por ello que un apoyo psicosocial es de suma importancia y la aplicación del Coaching Personal y Organizacional es una buena herramienta para esa tarea, pues se trata de conversaciones poderosas y confidenciales con las personas o el equipo que les permite manifestar con libertad sus padeceres así como descubrir sus propias creencias y modelos mentales que le limitan a su crecimiento o que les hacen sentir atacados o estancados dentro del ámbito de su trabajo.

Javier Roa Benítez y su equipo ofrecen a las empresas un "**Proyecto de fortalecimiento psicosocial con Coaching"**, cuyo objetivo es acompañar a las Empresas y sus talentos humanos por medio de sesiones de coaching personal u organizacional para fortalecerlos en los aspectos mentales y sociales.
Para poder llevar a cabo el proyecta se desarrollan las siguientes actividades, que podrán ser seleccionadas según las necesidades de la empresa:

Modalidad: Sesiones de acompañamiento presencial o virtual conforme a la necesidad y al tipo de actividad a desarrollar.

Actividades:

Actividad	Objetivo general
Coaching Organizacional	Trabajar con los quiebres en los equipos para lograr conversaciones que permitan consensuar y generar nuevas ideas y estrategias no desarrolladas o manifestadas por los colaboradores por temor a juicios y falta de confianza.
Coaching Personal	Trabajar con quiebres personales del talento humano que le impide desarrollar todos su potencial, que no lo desarrolla por modelos mentales o juicios que deben ser desafiados.
Mindfulness personal y organizacional	Practicas de mindfulness que permitan a los equipos o personas a lograr presencia plena y conciencia de su presente, haciéndolos mas eficientes, gratos y comprometidos.
Gestión del cambio	Acompañar a las áreas donde se generan cambios dentro de la organización (implementación de nuevos sistemas, nuevas practicas administrativas, etc.) en el proceso de cambio utilizando técnicas de gestión de cambio que permitan a los talentos afectados a recibir con mayor conciencia los cambios y comprometerse en su implementación.

Cap. Elías Ayala 1640
Asunción – Paraguay

¡roabenitez@gmail.com
Cel: +595981407450
www.javierroabenitez.com

Coach Ontológico Acreditado
FICOP Nro. 2848
www.ficop.org

IMPRESO EN PAPEL 100% DE FIBRA DE CAÑA DE AZUCAR Y 0% DE

Descripción de actividades:

Coaching Organizacional

En las organizaciones, las situaciones ocurren, se hablen o no, pero se obtienen mejores resultados si se tienen conversaciones que permitan coordinar recursos en pos de un objetivo común.
Desarrollo:

- Entrevista previa con el equipo
- Definición de acuerdos sobre tereas a trabajar
- Desarrollo de sesiones de coaching

Coaching Personal

El ser humano siempre está en la búsqueda de nuevos resultados, algunos representan grandes retos sobre los cuales siente que los recursos que tiene no le alcanzaran para lograr lo que desea y eso los desmotiva, mediante conversaciones poderosas es posible lograr que descubran nuevas posibilidades.
Desarrollo:

- Entrevista previa
- Definición de acuerdos sobre teas a trabajar
- Desarrollo de sesiones de coaching

Mindfulness personal y organizacional

El MINDFULNESS o la atención plena se está convirtiendo rápidamente en un contribuyente importante para la eficacia y el bienestar en el lugar de trabajo.
En su esencia, el mindfulness es entrenar la atención – una práctica que entrena tu mente para enfocarse en tu experiencia del momento actual, de una manera no crítica y no reactiva.
Esta técnica puede ser desarrollada a niel personal u organizacional.

- Desarrollo de talleres
- Practicas individuales o colectivas de meditación guiada
- Técnicas de mindfulness informal

Talleres de formación y fortalecimiento en habilidades blandas

Las habilidades blandas tienen que ver con la puesta en práctica integrada de aptitudes, rasgos de personalidad, conocimientos y valores adquiridos.Todo esto con el fin de fomentar el pensamiento crítico y formar personas íntegras en todos los planos.
El desarrollo de estas habilidades permiten a los talentos humanos convertir grupos de trabajos en equipos y realizar un trabajo comprometido con los objetivos de las empresas.

- Definición y planificación de temas
- Desarrollo de cursos y talleres
- Jornadas de formación e integración

Anexo se acompaña los temas sugeridos

Acompañamiento en procesos de transformación de cultura empresarial

La cultura en las organizaciones representa "el conjunto de creencias y valores que se expresan en comportamientos y los demás aspectos visibles de una organización", los tiempos cambiantes requieren una periódica revisión de las mismas a fin de adaptarse a los tiempos y evitar perder su posicionamiento o una rotación continua de los talentos.
Sobre los componentes de la cultura organizacional(visión, valores, practicas, personas, narrativa y espacios) podemos acompañar el proceso en los componentes humanos.

- Definición de los alcances del acompañamiento
- Acompañamiento en los procesos que impactan en los talentos

Acompañamiento a la Gestión del cambio

Los cambios dentro de las organizaciones son necesarias para adaptarse a los tiempos, estos pueden ser pequeños o de gran envergadura, cualquiera sea el tamaño y por mas que sean beneficiosos existen talentos que se resisten a ellos por temor a que estos le saquen de su zona de confort, es por ello que para el éxito de la implementación es necesario trabajar en la gestión del cambio.

- Identificación del cambio y sus resistencias
- Preparación de planes de acción para la gestión
- Ejecución de la gestión del cambio

Javier RoaB
Coach Ontológico

Cap. Elías Ayala 1640
Asunción – Paraguay

¡roabenitez@gmail.com
Cel: +595981407450
www.javierroabenitez.com

Coach Ontológico Acreditado
FICOP Nro. 2848
www.ficop.org

ECO FRIENDLY
IMPRESO EN PAPEL 100% DE FIBRA DE CAÑA DE AZUCAR Y 0% DE

Experiencia Empresarial

PARAGUAY
Gerente IT
Hasta 2002

BOLIVIA
Consultor
2002/2003

Consultor por BID
Líder de Proyecto
2004/2006

Consultor
FOMIN-BID
2006/2007

Consultor BIRF
2007

RCA. DOMINICANA
Consultor 2008

Consultor MSPBS
Proyecto SICIAP
2010/2012

Docente
2007/hoy

INDIA
Consultor
2017

PARAGUAY
Proyecto HIS-MSPBS
2021

Dpto. de Repuestos
1990

Conferencias y talleres

PARAGUAY

Cap. Elías Ayala 1640
Asunción – Paraguay

jroabenitez@gmail.com
Cel: +595981407450
www.javierroabenitez.com

Coach Ontológico Acreditado
FICOP Nro. 2848
www.ficop.org

IMPRESO EN PAPEL 100% DE FIBRA DE CAÑA DE AZUCAR Y 0% DE