

BOC
Rukalihuen
CAPACITACIONES

VIERNES 29 JUNIO
09:00 A 18:30 HRS
LUGAR: POR CONFIRMAR

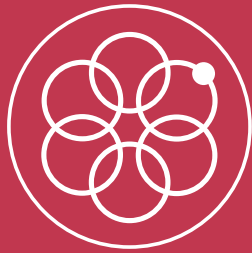
Certifica



**Institute for
Mindful Leadership**

WORKSHOP EXCELENCIA EN EL LIDERAZGO BASADO EN EL MINDFULNESS





BOC
Rukalihuen
CAPACITACIONES

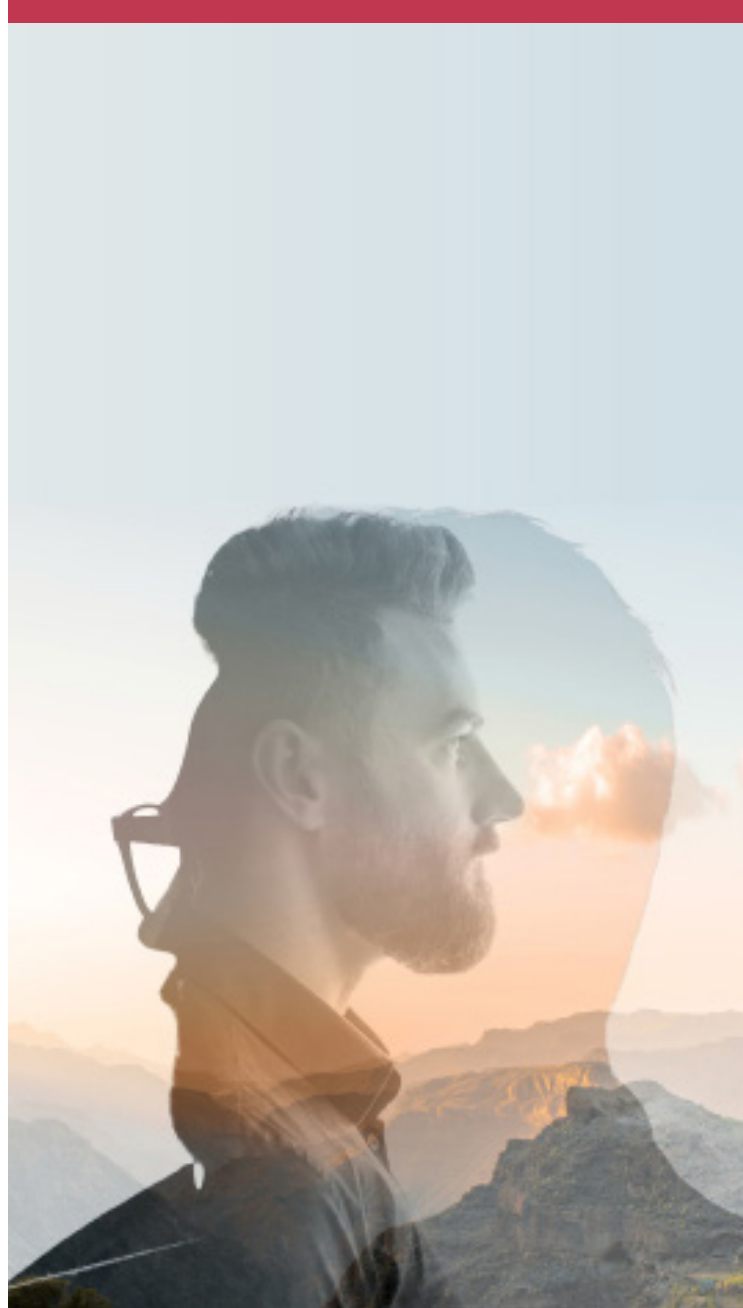
WORKSHOP PARA LÍDERES
EXCELENCIA EN EL LIDERAZGO BASADO EN EL MINDFULNESS
CREANDO TU ESPACIO INTERIOR PARA LIDERAR

¿QUÉ ES EL LIDERAZGO CONSCIENTE?

Es liderazgo consciente consiste en la capacidad de liderar con integralidad y la excelencia, características que pueden cultivarse con ayuda de la práctica del Mindfulness. De esta forma, se constituye como una forma de liderazgo eficiente, cuyo principal activo es la capacidad de atención, completa y sin juicio al momento presente. Un líder consciente fomenta el compromiso y la colaboratividad de los equipos de trabajo.

Además, potencia el desarrollo del autoconocimiento y la autorregulación como elementos de ayuda en la toma de decisiones y la consciencia de su rol, posición e influencia dentro de una organización.

Está demostrado científicamente que la práctica diaria de Mindfulness en Liderazgo permite a las personas aumentar sus niveles de innovación y compromiso organizacional, además de su capacidad de tomar decisiones en consciencia en momentos de crisis. El Mindfulness como práctica diaria ayuda a mejorar los síntomas de estrés y ansiedad, los niveles de concentración, productividad y eficiencia.





PROGRAMA

EXCELENCIA EN EL LIDERAZGO BASADO EN EL MINDFULNESS CREANDO TU ESPACIO INTERIOR PARA LIDERAR

Retiro de un día, donde sus participantes podrán experimentar meditaciones simples, reflexiones en el liderazgo y aplicaciones prácticas de esta disciplina tanto en su vida laboral como personal, aprendiendo las cuatro claves del liderazgo consciente y de excelencia: enfoque, claridad, creatividad y compasión.

El entrenamiento del liderazgo Consciente del Institute for Mindful Leadership explora cómo la meditación, la reflexión y otras prácticas contemplativas influyen en el desarrollo de las cualidades fundamentales de liderar y vivir con excelencia.



OBJETIVOS

Al finalizar el workshop, sus participantes podrán:

- 1.** Conocer las principales prácticas y herramientas del Mindfulness o atención plena con enfoque en el liderazgo consciente y de excelencia.
- 2.** Valorar los espacios y oportunidades de expresión de un liderazgo consciente y de excelencia, junto a los beneficios de la atención plena en su rol como líderes.
- 3.** Ejercitar e incorporar en su rutina como líderes organizacionales, las diferentes prácticas contemplativas y de reflexión en liderazgo aprendidas durante la jornada.

METODOLOGÍA

Este retiro formativo se compone de una metodología práctica y experiencial, donde los participantes podrán explorar, tanto a nivel individual como grupal, diversas prácticas contemplativas y reflexiones con enfoque en el liderazgo, las que les permitirán comprender su labor como líderes, junto al desarrollo del autoconocimiento y consciencia de su entorno organizacional.

A todos los participantes se les proporcionará material de apoyo para llevar cada práctica y aprendizaje a su rutina diaria.

CONTENIDOS

- Definiciones de la atención plena y el liderazgo consciente.
- Cómo el entrenamiento de la mente cultiva la excelencia del liderazgo.
- Una reflexión sobre la excelencia del liderazgo.
- Entrenamiento básico de liderazgo consciente.
- Una breve mirada a la investigación.

UNIDADES

UNIDAD 1:

Entrenamiento básico de Mindful Leadership, incluyendo instrucciones sobre cómo practicar la atención plena y las investigaciones en el ámbito de la excelencia del liderazgo.

UNIDAD 2:

Fundamentos del liderazgo consciente, incluyendo la comunicación atenta, cómo cultivar el enfoque, ver más allá de nuestros propios filtros, manejar el estrés y ser líderes más innovadores y eficaces.





FACILITADO POR:

PATRICIO BARRIGA CABEZÓN

Ingeniero Comercial; MBA en Escuela Superior de Administración y Dirección de Empresas, ESADE, Barcelona.

Coach e Instructor hace diez años de Reducción del Estrés mediante Mindfulness (MBSR) y Liderazgo Consciente del Institute for Mindful Leadership, organización donde es responsable del área internacional.

Instructor del programa Mindfulness Without Borders, especializado en programas de Mindful Self-Compassion, para reducción de estrés, liderazgo y aprendizaje organizativo consciente.

Ceo President de Fagor America para Norte América y América del Sur.



BOC
Rukalihuen
CAPACITACIONES

INFORMACIÓN GENERAL

Fecha: **Viernes 28 de junio**

Hora: **09:00 a 18:30 hrs. (Curso de 8 horas)**

Lugar: **Por confirmar**

Inscripciones hasta el **lunes 24 de junio.**

Cupos Limitados.

INVERSIÓN

Precio Anticipado hasta 30 de abril

1 persona: \$90.000

2 personas: \$81.000 por persona

3 personas o más \$76.500 por persona

Precio anticipado hasta 30 de mayo

1 persona: \$120.000

2 personas: \$108.000 por persona

3 personas: \$102.000 por persona

Precio normal

1 persona: \$150.000

2 personas: \$135.000 por persona

3 personas: \$127.500 por persona

CÓDIGO SENCE 1237989706

CONSULTE POR CONDICIONES COMERCIALES.

INCLUYE:

Libro *Mindfulness en el Liderazgo*,

de Janice Marturano.

Coffee break mañana y tarde.

Consultas e inscripciones:

www.viveboc.cl

contacto@viveboc.cl