



# Liderazgo Personal

**Sku:** PH03B12C02

**Horas:** 8

**Formato:** HTML

## OBJETIVOS

- Aprender a gestionar los procesos de cambio, sus fases, obstáculos y apoyos de manera productiva y consciente.
- Descubrir mis talentos, áreas de mejora, patrón de comportamiento y autosabotajes inconscientes más habituales.
- Descifrar y superar las barreras limitantes que la mente crea con empatía y optimismo.
- Establecer prioridades y conocer actitudes mentales potenciadoras.
- Aprender a facilitar una nueva mentalidad que amplíe tu capacidad de crecimiento, autodomínio y bienestar.

## OBSERVACIONES

- Con este contenido de curso profesional el alumnado trabajará el concepto de liderazgo desde una perspectiva personal, abarcando la comprensión de los procesos de cambio, los estilos de liderazgo, las barreras limitadoras en el desarrollo personal y en contraposición las actitudes mentales potenciadoras, así como la elaboración de un nuevo mapa de liderazgo.

## CONTENIDOS

### Unidad 1. Proceso de cambio

1. El proceso de cambio.
2. Cambio vs transformación y tipos de cambio. 2.1 Tipos de cambio.
3. Fases del cambio. Resistencia y emociones.
4. Fuerza del cambio: impulso y freno.

### Unidad 2. Estilo de liderazgo actual

1. Tu estilo de liderazgo. 1.1 Mindset para líderes.
2. Análisis DAFO mis áreas ciegas. El CAME.
3. El análisis CAME, un paso más.

### **Unidad 3. Barreras limitantes**

1. Cómo la mente filtra la realidad y cómo ampliar nuestro marco de referencia.
2. Cómo percibimos la realidad y el modelo de comunicación de la PNL.
3. Una breve introducción a la PNL (programación neurolingüística). 3.1 ¿Qué entendemos por programa?.
4. Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas.

### **Unidad 4. Actitudes mentales potenciadoras**

1. De víctima a líder: descifrar y superar las barreras limitantes mentales y abrir las puertas al cambio.
2. Esquemas mentales: ¿positivos o negativos?
3. Barreras: miedos y resistencias. 3.1 ¿Cuál es tu miedo o miedos más recurrentes? 3.2 Creencias limitadas. 3.3 Patrones de conducta o actitudes.

### **Unidad 5. Nuevo mapa de liderazgo**

1. Mindset: Mentalidad de crecimiento.
2. El círculo de la influencia o cómo tomar las riendas de tu vida.
3. Elementos clave de un plan de acción. 3.1 Objetivos SMART.