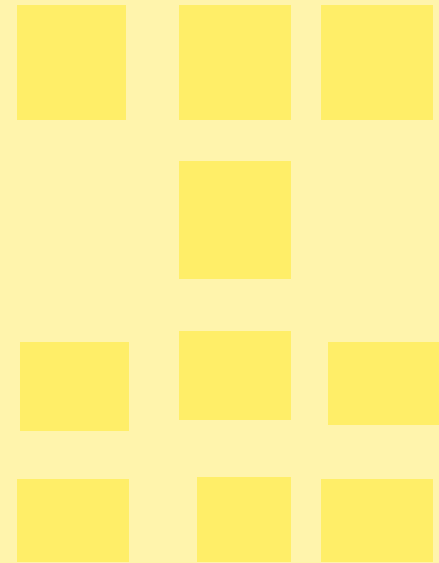
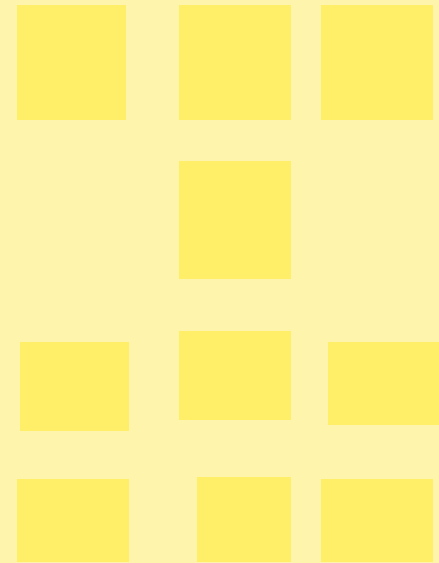


DIPLOMADO
FORTALECIMIENTO

EMPRESARIAL



MODULO
FORMACIÓN
HUMANA
NIVEL
I



FACILITADORA

ÁNGELA MARÍA SOSA LONDOÑO

Psicóloga

Especialista en Clínica énfasis salud Mental

Especialista en gerencia de proyectos

Especialización en Gerencia del Desarrollo Humano

Organizacional (en curso).

Cel. 312 234 57 91

Correo electrónico:

amsosal@yahoo.es

¿ POR QUÉ FORMACIÓN HUMANA?



FORMACIÓN HUMANA

sensibilización

Se relaciona con el desarrollo de actitudes y valores que impactan en el crecimiento personal y social del individuo.

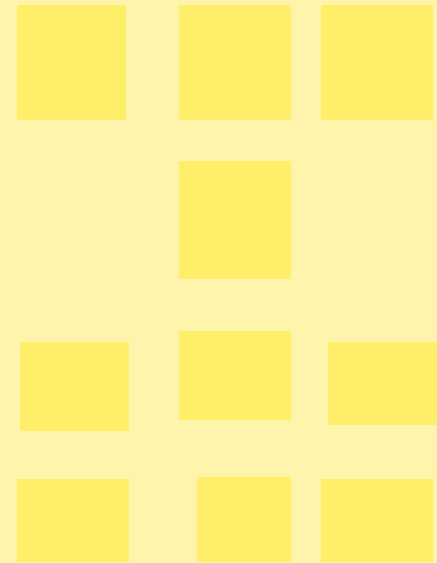
Un sujeto formado desde la dimensión humana, actúa con esquemas de valores coherentes y propositivo para beneficio propio y de los demás.

Es un ser que reconoce su papel en la sociedad, en la institución para la que trabaja y en la familia; que quiere su cuerpo, sus espacios concretos de acción y comprende la diversidad cultural en la que está inmerso; es en consecuencia un sujeto en constante crecimiento.



MODULO DE FORMACIÓN HUMANA CON ENFOQUE DESDE:

- DESARROLLO HUMANO,
DESARROLLO ECONÓMICO.
- LA FAMILIA COMO FUENTE DE CAPITAL
SOCIAL SUSTENTABLE.
- LA SALUD INTEGRAL.



PRESENTACIÓN

América Latina se ha venido caracterizando por el aumento en número de las microempresas.

En Colombia el 87% de los negocios está constituido por la microempresa (DANE Abril 8 de 2012) y muchas de ellas tienen su origen en un entorno familiar.

Los microempresarios como colectivo humano de vital importancia para la economía del país, deben ser reconocidos no sólo como agentes económicos, sino también como seres humanos integrales.



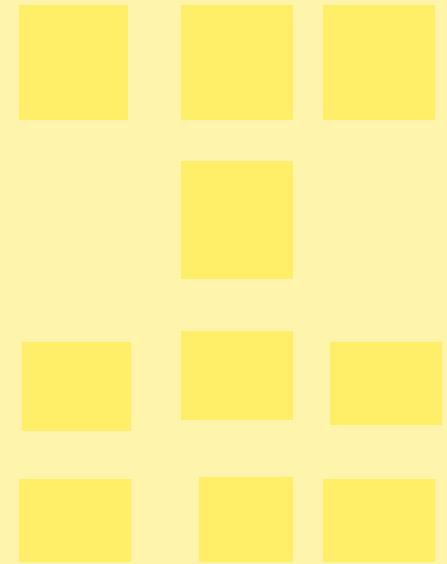
PRESENTACIÓN

En el escenario de la nueva economía en que vivimos y en la exigente prospectiva actual, hoy más que nunca los microempresarios necesitan estar mejor preparados para que su aporte a la sociedad sea un referente protagónico y sustentable.

Una formación integral debe propende por la calidad de vida de las personas, de las familias y de los grupos sociales como estrategia para el progreso, para el desarrollo y cómo legado para las nuevas y futuras generaciones.



OBJETIVO GENERAL

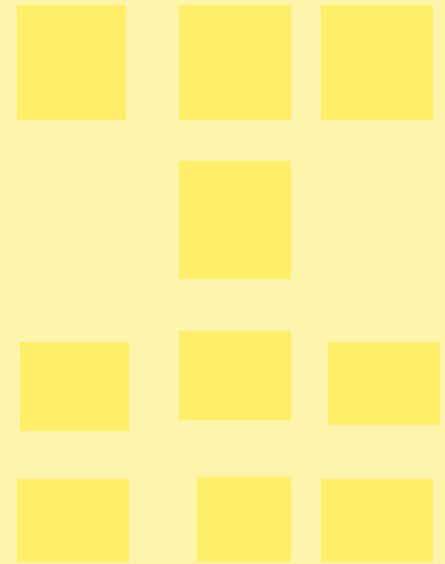


OBJETIVO GENERAL

Aportar al Microempresario herramientas de Formación Humana que le permitan reconocerse como actor fundamental en la economía de nuestro país, así como referente protagónico de un legado patrimonial, fortaleciendo las relaciones consigo mismo, con su grupo familiar, con sus empleados y con su entorno en general.



METODOLOGÍA



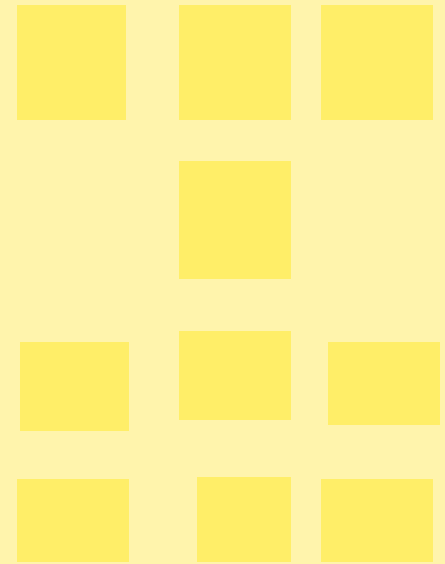
METODOLOGÍA

La metodología que aquí se propone se trata de Taller Reflexivo, donde los miembros del equipo se reúnen para reflexionar sobre un tema específico, a partir del conocimiento empírico, la subjetividad, las experiencias, gustos y capacidades de los participantes. Así se espera construir un “producto colectivo” como planteamientos, ideas, definiciones, conceptos, propuestas, preguntas e inquietudes respecto al asunto en cuestión.

Vale la pena resaltar que de estas construcciones colectivas, el Taller Reflexivo constituye un espacio en el cual cada participante, según sus condiciones particulares, puede aprovechar la reflexión para llegar a sus construcciones propias acordes a su subjetividad. Por lo tanto no siempre se llega a un único acuerdo, ni a una sola verdad y nadie tendrá la última palabra. En este sentido desde esta perspectiva es viable plantear el taller también como un “producto personal” y una opción para la propia construcción y comprensión individual.

Al concluir el taller, el facilitador proporcionará esclarecimiento de los temas desde el apoyo conceptual y teórico.

CONTENIDO TEMÁTICO



CONTENIDO TEMÁTICO

UNIDAD 1

El manejo de las Emociones:
Relación consigo mismo, con los demás y con su entorno.
Proyección de las emociones como legado al capital social sustentable.

UNIDAD 2

El manejo de los conflictos:
Reestructuración del concepto del Conflicto.
Sensación y percepción de las situaciones conflictivas.
Identificación de las causas de los conflictos y sus consecuencias según su abordaje.



CONTENIDO TEMÁTICO

UNIDAD 3

Proyecto de vida:

Retrospectiva y reformulación del proyecto de vida.

Identificación de prioridades.

Manejo y redistribución del tiempo de acuerdo a las prioridades.

UNIDAD 4

La familia como fuente de capital social: (Alusión al documento: *Familia y desarrollo humano*, fuente de capital social.)

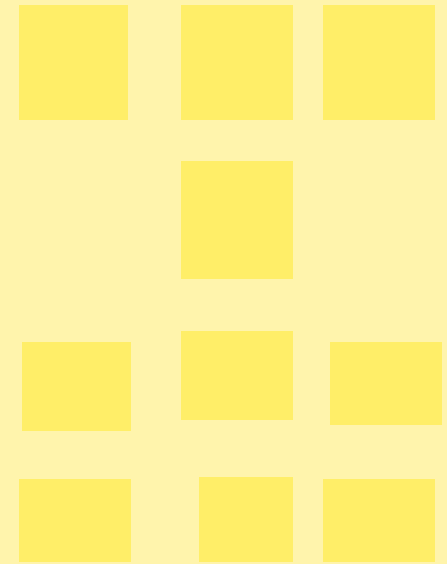
Construcción y reconstrucción del concepto de familia.

La familia como legado social sustentable.

¿La familia, una empresa? (*Concepto de patrimonio*)



ENFOQUE



ENFOQUE

“Sin desarrollo humano, no hay desarrollo económico”.

El concepto de Desarrollo Humano Sustentable, implica el desarrollo económico dirigido al fomento de las capacidades humanas y sociales, fundado en el respeto por el medio ambiente y la vocación de progresividad generacional.

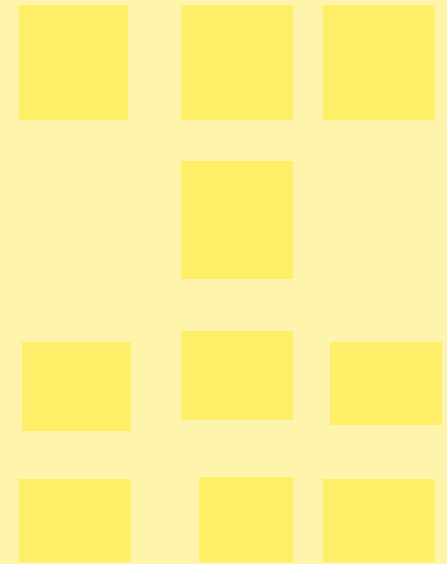
“La familia es el núcleo de la sociedad”.

Como enfoque transversal, el Módulo de Formación Humana pretende que el microempresario desde su propia reflexión reconozca la importancia y el valor de la familia como legado y como fuente de capital social sustentable.

“Calidad de vida-salud integral”.

(“un país enfermo, es un país pobre”). La calidad de vida está relacionada con el bienestar, estado que se alcanza cuando se haya congruencia entre el Ser, el Conocer, el Hacer y el Tener.

CONTEXTUALIZACIÓN



CONTEXTUALIZACIÓN

¿Qué información ofrece el Índice de Desarrollo Humano (IDH)?

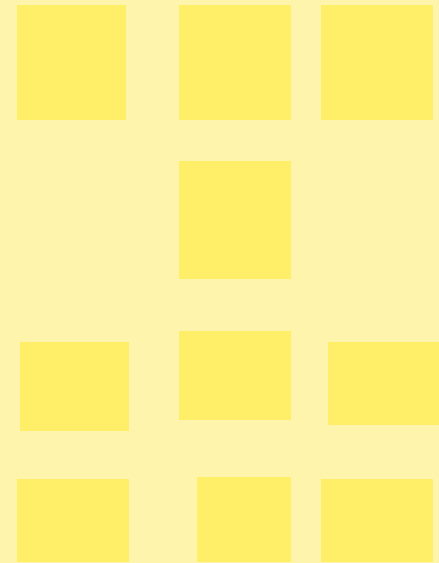
El IDH se creó para enfatizar que las personas y sus capacidades deberían ser el criterio más importante para evaluar el desarrollo de un país no sólo el crecimiento económico.

El IDH también ha solido cuestionar las decisiones políticas nacionales: en numerosas ocasiones, ha planteado cómo dos países con el mismo nivel de INB (Ingreso Nacional Bruto) per cápita pueden mostrar resultados de desarrollo humano tan diferentes.

Colombia.
Desarrollo Humano.

Informe de Desarrollo Humano PNUD
1991-2011

(Colombia en el 2009 ocupaba el
puesto 77 entre 169 países en el 2011
ocupa el puesto 87 entre 187 países)



FAMILIA Y DESARROLLO HUMANO

“La verdadera riqueza de una nación está en su gente”

INDICADORES DE CALIDAD DE VIDA DE
LOS PAISES SEGÚN EL PNUD
(Programa de las Naciones Unidas para el
Desarrollo de los Países)

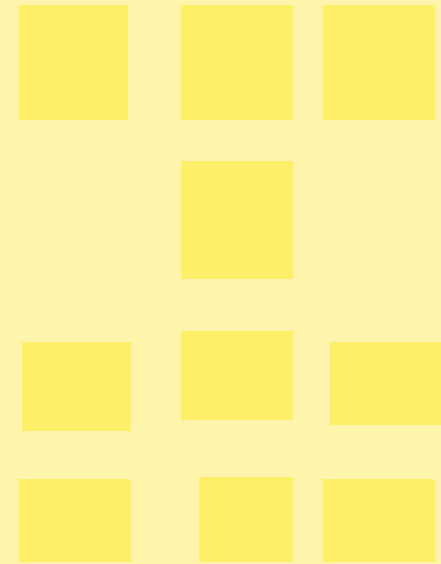
PODER
ADQUISITIVO
(ECONOMÍA)

SALUD

EDUCACIÓN

FAMILIA

LA FAMILIA COMO FUENTE DE CAPITAL SOCIAL SUSTENTABLE



LA FAMILIA ES EL NÚCLEO DE LA SOCIEDAD



“La familia como núcleo de la sociedad es el factor determinante para la construcción de una mejor sociedad, Sixto Porras, director ejecutivo de "Enfoque a la familia" organización cristiana dedicada al tema familia, cree que la solución a las pandillas y alta delincuencia que vive el país esta en el perdón, el afecto y la reconciliación social, iniciando ese proceso en cada nucleó familiar que se ha perdido tras la vanidad, el egocentrismo, el ansia de dinero y otros antivalores”

LA FAMILIA ES EL NÚCLEO DE LA SOCIEDAD



FACTORES QUE ORIGINAN LOS ANTIVALORES

- La sociedad de consumo: exacerbando los deseos vinculados al menor esfuerzo.
- La sociedad hedonista: el culto al cuerpo y a los ideales imaginarios.
- La falta de establecer vínculos para compartir en familia para generar oportunidad de conocernos.



TRES ELEMENTOS PARA REDUCIR Y PREVENIR LA VIOLENCIA SOCIAL



- Fortalecer la integración familiar: las personas buscan en ella aceptación, refugio, identidad.
- Fortalecer la importancia de la educación: mantener la juventud a toda costa en el sistema educativo mantiene viva la ilusión, el compromiso, se aprende disciplina, se aprende la valoración de los esfuerzos y logros.
- La importancia de las oportunidades de trabajo: lo que promueve la superación personal y profesional, y ayuda a encontrar el camino correcto en la inscripción social.



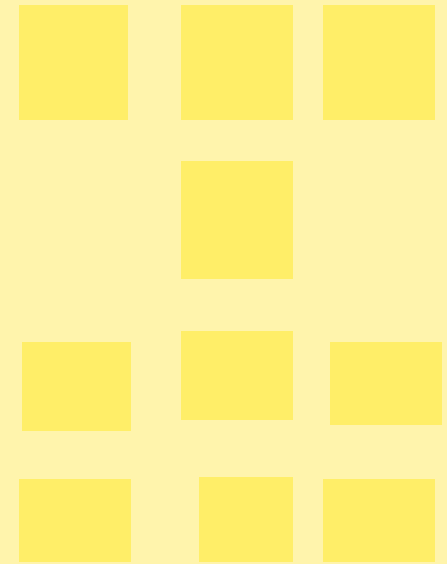
TODO DEPENDE DE TU ACTITUD MENTAL



PONLE CORAZÓN A TUS ACTIVIDADES

- El secreto de la vida no es sólo hacer lo que a uno le gusta, sino hallar el gusto en lo que hacemos.
- A las cosas hay que ponerle siempre sentimiento, corazón, es necesario alimentar todas las dimensiones del hombre.
- Una explicación o una actividad puramente técnica o científica no basta, si al mismo tiempo no motiva, no mueve, no emociona... el corazón y la mente trabajan mejor sincronizados.
- Aquello que sensibilizamos convence más fácilmente, se graba mejor en el cerebro: “ el corazón tiene razón en que la razón no comprende” decía Pascal.

MANEJO DE EMOCIONES



LÓGICA DEL PSIQUISMO HUMANO

- EMOCIÓN
- PENSAMIENTO
- ACCIÓN
- Resultados apropiados.
- Resultados inapropiados.

- Dependen del darse cuenta, del estado de conciencia de la proyección de las emociones.



MANEJO DE LAS EMOCIONES



Las emociones

son fenómenos psicofisiológicos que representan modos de adaptación a ciertos estímulos extrínsecos (ambientales) o intrínsecos (de uno mismo) que influyen sobre nuestro comportamiento.

MANEJO DE LAS EMOCIONES



Aprendemos a identificar nuestras emociones gracias a su intromisión en nuestras mentes conscientes sea ésta bienvenida o no.

Pero las emociones no evolucionaron como sentimientos conscientes, evolucionaron como resultado del control de nuestras respuestas fisiológicas gracias a la capacidad de raciocinio que tenemos.

MANEJO DE LAS EMOCIONES



EMOCIONES PRIMARIAS

- 1. Cólera:** enojo, mal genio, atropello, fastidio, molestia, furia, resentimiento, hostilidad, impaciencia, indignación, ira, irritabilidad, violencia y odio patológico.
- 2. Alegría:** disfrute, felicidad, alivio, capricho, extravagancia, deleite, dicha, diversión, estremecimiento, éxtasis, gratificación, orgullo, placer sensual, satisfacción y manía patológica.
- 3. Miedo:** ansiedad, desconfianza, fobia, nerviosismo, inquietud, terror, preocupación, aprehensión, remordimiento, sospecha, pavor y pánico patológico.
- 4. Tristeza:** aflicción, autocompasión, melancolía, desaliento, desesperanza, pena, duelo, soledad, depresión y nostalgia.

MANEJO DE LAS EMOCIONES

EMOCIONES SECUNDARIAS



Las secundarias, con sus respectivas variedad de manifestaciones, son:

- **1. Amor:** aceptación, adoración, afinidad, amabilidad, cariño, caridad, confianza, devoción, dedicación, gentileza y amor obsesivo.
- **2. Sorpresa:** asombro, estupefacción, maravilla y shock.
- **3. Vergüenza:** arrepentimiento, humillación, mortificación, pena, remordimiento, culpa y vergüenza.
- **4. Aversión:** repulsión, asco, desdén, desprecio, menosprecio y aberración.

MANEJO DE LAS EMOCIONES



Tanto las emociones primarias como las secundarias casi nunca se presentan aisladas, mas bien son una **combinación de todas las familias** de emociones básicas mencionadas. Por ejemplo, los **celos** pueden ser una **combinación de enojo, tristeza y miedo**.

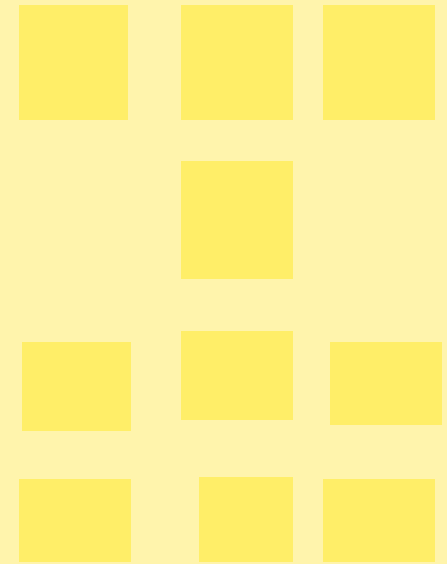
Finalmente, conviene mencionar otra categoría que podría incluir los sentimientos personales que pueden ser de estimación propia o egocéntrica como el orgullo, la vanidad y el narcisismo, contrarios a la simpatía, el amor o la compasión.

TÉCNICAS PARA EL CONTROL DE EMOCIONES

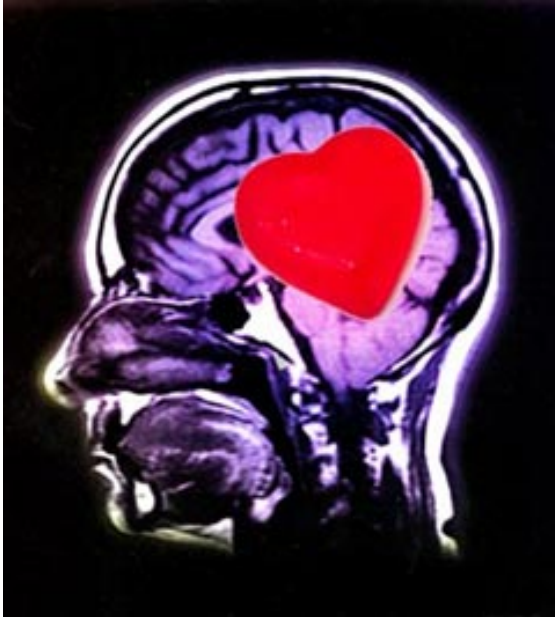


- Respirar consciente, lenta y profundamente (activa el sistema circulatorio y la capacidad de raciocinio)
- Hacer ejercicio físico (cansa el cuerpo libera la mente)
- Aeróbicos mentales (imaginar lugares y situaciones tranquilas y agradables)
- Relajación muscular progresiva (tensionar y relajar los músculos)
- Cantar, escuchar música.
- Dar y recibir masajes.
- Expresar la emoción sentida.

INTELIGENCIA EMOCIONAL



INTELIGENCIA EMOCIONAL



La inteligencia emocional es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos.

El término fue popularizado por Daniel Goleman, con su célebre libro: Emotional Intelligence, publicado en 1995.

Goleman estima que la inteligencia emocional se puede organizar en cinco capacidades: conocer las emociones, auto-regulación, auto-motivación, empatía y habilidades sociales.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Conocimiento de sí mismo



Estar atentos a las emociones y sentimientos que se tienen en cada momento y utilizar esas preferencias para orientar nuestra toma de decisiones; tener una idea realista de nuestras habilidades y una bien basada confianza en sí mismo.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Autorregulación



Manejar las emociones de modo que faciliten las tareas entre manos.

Recobrase bien de las tensiones emocionales.

Tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el día a día.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Auto-motivación

Utilizar nuestras preferencias más profundas para orientarnos y avanzar hacia los objetivos, para tomar iniciativas, ser muy efectivos y para perseverar frente a los contratiempos y las frustraciones.



INTELIGENCIA EMOCIONAL



Empatía

Percibir lo que sienten los demás, ser capaces de ver las cosas desde su perspectivas y cultivar la afinidad con una amplia diversidad de personas.

INTELIGENCIA EMOCIONAL



Habilidades sociales

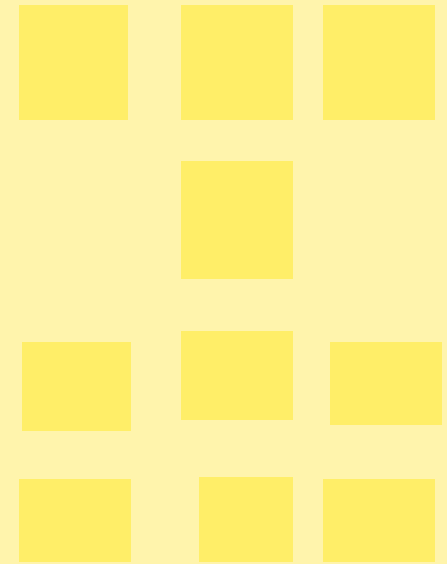
Manejar bien las emociones en una relación e interpretar adecuadamente las situaciones y las redes sociales; interactuar con mayor facilidad; utilizar estas habilidades para persuadir, dirigir, negociar y resolver disputas en pro de la cooperación y el trabajo en equipo.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Conocer nuestras emociones para luego conocer la de los demás, es la capacidad del ser humano de:

- *poder interactuar con otras personas en forma armónica y respetuosa.*
- *generar una atmósfera de confianza y empatía.*
- *tener la habilidad mental de ubicarse siempre dentro de las circunstancias que se vivan en cada oportunidad .*
- *Y sacar el máximo provecho de esas oportunidades, tanto para el individuo como para los que interactúan con él.*

MANEJO DE CONFLICTOS



MANEJO DE CONFLICTOS

TALLER LA ASAMBLEA EN LA CARPINTERÍA



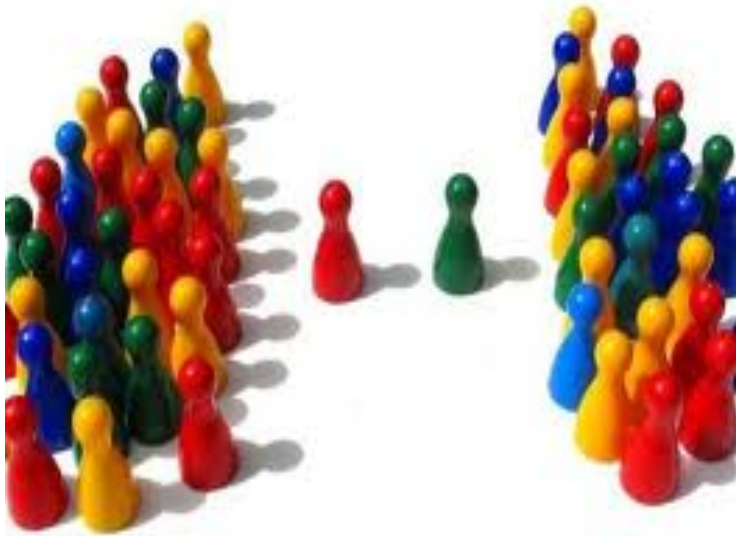
- Martillo.
- Tornillo.
- Lija.
- Metro.
- Carpintero.
- Serrucho.

TALLER LA ASAMBLEA EN LA CARPINTERÍA



- Identificar la competencia aplicada del carpintero.
- Identificar la competencia aplicada del serrucho.

EL CONFLICTO



Los conflictos son situaciones de la vida cotidiana y pueden ocurrir en el ámbito personal, familiar, empresarial, barrial, municipal, nacional e internacional.

Comienza cuando una de las partes percibe que la otra afecta o va a afectar sus intereses: metas, convicciones, la identidad, o sus recursos entre otros; o bien, tienen intereses contrapuestos.

CAUSAS MÁS FRECUENTES DE LOS CONFLICTOS

1. El acceso a la distribución de recursos (territorio, dinero, fuentes de energía, alimentos u otros).
2. El control del poder y la participación en la toma de decisiones políticas (en organizaciones, en partidos o en cualquier otro grupo organizado).
3. La defensa de la identidad (cultural, política, religiosa o de otra índole).
4. La defensa del estatus o posición social (en espacios como los sistemas de gobierno, las jerarquías religiosas, las organizaciones políticas).

ENFOQUES DEL CONFLICTO

TRADICIONAL

- Anómalos.
- Destructivos.
- Violentos.
- Alteran el orden.
- No se pueden resolver.
- Hay que eliminarlos.

INTERRELACIONAL

- Son parte de la vida cotidiana.
- No siempre son violentos.
- Son positivos.
- Son constructivos.
- Pueden transformarse.

FORMAS DE AFRONTAR LOS CONFLICTOS

Algunas van desde las radicales que pretenden eliminarlos, pasando por las que aceptan su existencia y proponen el uso de métodos pacíficos.

Formas de solucionar conflictos:

1. Eliminando a los adversarios.
2. Por agotamiento, cuando el conflicto se prolonga y los involucrados se cansan.
3. Porque los afectados deciden buscar una salida negociada.
4. Porque una tercera parte interviene ayudando a buscar una solución.

VISIÓN OBJETIVA DE AFRONTAR LOS CONFLICTOS

- En el mejor de los casos un conflicto es un disenso objetivo de dos o más actores sobre uno o varios puntos.
- Puede ocurrir que una de las partes viva la situación como una crisis donde su visión pasa a ser subjetiva causando efectos de percepción intrínsecos e extrínsecos.
- El otro por el contrario puede mantener una visión objetiva que no llega a poner en peligro la descripción de los fenómenos ni su identidad o su existencia.

CONFLICTO



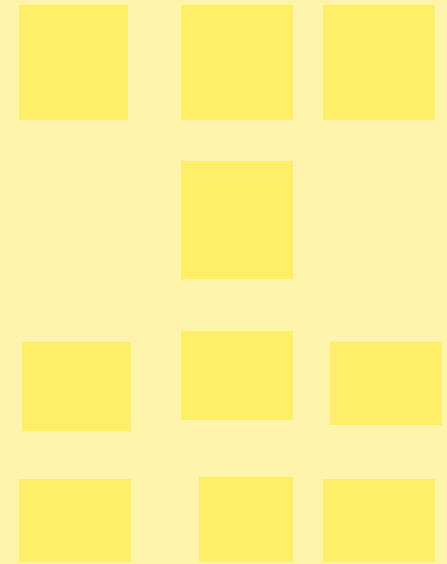
“Lo importante no es saber cómo evitar o suprimir el conflicto, porque esto suele tener consecuencias dañinas y paralizadoras. Más bien, el propósito debe ser encontrar la forma de crear las condiciones que alienten una confrontación constructiva y vivificante del conflicto” - Folberg.

LA ESENCIA EN EL MANEJO DE LOS CONFLICTOS



La esencia del conflicto está en la actitud que asume la persona desde una posición estratégica donde pueda convertirse en artífice del cambio y no en víctima de éste.

PROYECTO DE VIDA



PROYECTO DE VIDA

- En el proceso de planificación, constituye un instrumento importante, pues al utilizarlo permite alcanzar crecimiento y desarrollo en mayor grado, entre otros: niveles de productividad, empleo, salud y otros indicadores que evidencian bienestar, progreso y mejoras en la calidad de vida.



PROYECTO DE VIDA



- Reconoce la importancia que tiene para el ser humano la proyección hacia el futuro, para realizarse como tal.
- Sólo el análisis racional de la realidad pone en evidencia el lugar preponderante que ocupa el proyecto de vida, en la construcción de la felicidad de la persona.

PROYECTO DE VIDA



- Una de las metas principales del ser humano es llegar al final de la vida satisfechos de haberla vivido plena y adecuadamente.
- Se trata de lograr dar un significado, un sentido a la vida y en condiciones saludables.

PROYECTO DE VIDA



- Planear la vida permite ubicar las posibilidades dentro de un contexto real de una forma más clara.
- Con planes nace la posibilidad de introducir en él elementos que redunden a mediano y largo plazo.
- Permite encontrar coherencia e incluir el proyecto personal en el comunitario.

PROYECTO DE VIDA Y EMPRESA



 CONSTRUYENDO
FUTUROS



- ¿He crecido en los últimos años?
- ¿tengo claros la Misión, Visión y objetivos de mi vida, de mi familia y de mi empresa?
- ¿De qué manera ha crecido mi familia en los últimos tiempos?
- ¿Cómo ha crecido mi empresa en los últimos años?
- ¿De qué manera siento que mis colaboradores han crecido?
- ¿He inscrito a mi familia y a mis colaboradores en la visión de mi empresa?

PATRIMONIO



Bienes y derechos a los que un individuo accede como miembro perteneciente a una familia (herencia).

Pero también hay patrimonio a los cuales los individuos acceden como miembros de comunidades más amplias.

Patrimonios nacionales, regionales, históricos, culturales, religiosos, de la humanidad. (patrimonios inmateriales)

EL LEGADO PATRIMONIAL



El legado parte de los valores y principios de la familia y tiene como fin transmitir enseñanzas a las futuras generaciones sobre temas culturales, religiosos, empresariales, familiares, de inversión, etc.

EL LEGADO PATRIMONIAL

EMPRESA



Se ha demostrado claramente que la visión que tenga la familia del patrimonio influye tanto en la visión de la familia misma como en la visión empresarial.

En otras palabras no sólo hay que tener visiones, estrategias familiares y empresariales, sino también patrimoniales.

EL LEGADO PATRIMONIAL



¿Cuál es el objeto de crear semejante riqueza y de transmitirla a las siguientes generaciones?

A esta pregunta la mayoría de las Empresas Familiares Exitosas contesta que no sólo se trata de asegurar el futuro financiero de la familia, sino también la posibilidad de que sean felices y gocen de bienestar, unidad y armonía familiar.

EL LEGADO PATRIMONIAL



Existen un paso básicos para llegar a obtener bienestar, el cual es el desarrollo del ser en todas sus dimensiones para lograr obtener

- el bien saber,
- el bien hacer ,
- el bien tener,
- para poder saber estar.

EL LEGADO PATRIMONIAL



El querer crear un legado de familia como capital social sustentable no es una situación fortuita, sino más bien el desarrollo minucioso y un de trabajo constante bajo acciones claras y decididas, acompañado de una visión conjunta de familia, empresa y patrimonio familiar, como legado para la sociedad.

EL CAMBIO EMPIEZA POR MÍ.

MI FAMILIA, MI EMPRESA CAPITAL SOCIAL SUSTENTABLE COMO LEGADO PATRIMONIAL



El Granito de Mostaza

La Mostaza caracterizada por su minúscula semilla, pequeñísima en su punto de partida, una vez plantada, da origen a un frondoso árbol que permaneciendo siempre verde, atrae las aves del cielo para que aniden sus ramas y con su fortaleza les da soporte para que puedan expandir de nuevo su vuelo.

Esta enseñanza de la naturaleza nos remite a que sembrar es un elemento esencial casi imperceptible en su comienzo, pero que a lo largo del tiempo y casi sin imaginar, su desarrollo nos sorprende mostrándonos el origen de la fuerza y su grandeza efectiva a través de la expansión incalculable del verdadero sentido de nuestros sueños.

FACILITADORA

ÁNGELA MARÍA SOSA LONDOÑO

Psicóloga

Especialista en Clínica énfasis salud Mental

Especialista en gerencia de proyectos

Especialización en Gerencia del Desarrollo Humano

Organizacional (en curso).

Cel. 312 234 57 91

Correo electrónico:

amsosal@yahoo.es