

CARLOS VAN OOSTERZEE

BetterSkills

Millors habilitats

Formacions i consultoria
en habilitats personals i d'equip

*Millor comunicació, millor lideratge,
millor gestió emocional,
millor planificació i organització,
millors sentiments a la feina
– una millor experiència humana
en el nostre admirable món digital.*

www.carlosvanoosterzee.com

A BetterSkills realitzem **formació i consultoria en habilitats.**

Habilitats toves (Soft Skills)

Les habilitats toves són la base per a una acció sostenible i es complementen amb les habilitats tècniques específiques de cada professió per aportar equilibri i efectivitat a la dedicació professional.

Les *soft skills* proporcionen més benestar i autoconfiança als professionals i ajuden a millorar-ne la productivitat; fan les persones més organitzades, més comunicatives. Millors professionals implica millors projectes i millors organitzacions:

comunicació eficient i sostenible, gestió de les emocions, bona organització, lideratge saludable, voluntat de motivar i col·laborar.

Formació-facilitació

La formació-facilitació de BetterSkills ofereix coneixements i pràctiques per al desenvolupament de les habilitats d'organitzacions i equips en les següents àrees:

- ✓ **Habilitats personals**
- ✓ **Habilitats socials**
- ✓ **Habilitats de lideratge**
- ✓ **Resolució de conflictes**
- ✓ **Cohesió d'equips**

Què són i per què és bona idea invertir en habilitats toves (*soft skills*)?

Quina és la diferència entre la formació i la consultoria?



Consultoria-coaching

La consultoria-coaching se centra en l'estudi de casos i l'acompanyament a treballadores / treballadors, equips i persones emprenedores per millorar la seva situació i aconseguir objectius. Són accions personalitzades i adaptades a necessitats concretes en àrees com:

- ✓ **Coaching per al desenvolupament professional**
- ✓ **Organització del treball i productivitat**
- ✓ **Desenvolupament de projectes**
- ✓ **Cohesió d'equips**
- ✓ **Altres àmbits concrets**

Formacions

Habilitats personals 1

▶ **Treballa en positiu**

Gestió de l'estrès, mindfulness, gestió emocional i benestar a la feina

Habilitats personals 2

▶ **Tot controlat!**

Organització personal de la feina

Habilitats socials 1

▶ **En bona sintonia**

Intel·ligència emocional a l'entorn de treball

Habilitats socials 2

▶ **Ara ens entenem millor**

Habilitats de comunicació personal i professional

Habilitats socials 3

▶ **Les teves presentacions seran un èxit**

Habilitats de parlar en públic i presentacions

Habilitats de lideratge 1

▶ **Comença el teu camí en el lideratge**

Iniciació a la gestió de persones i projectes

Habilitats de lideratge 2

▶ **Creixent com a líder**

Millora i ampliació de les habilitats de lideratge

Cohesió d'equips

▶ **Persones, objectius i projectes**

Facilitació en cohesió d'equips

Resolució de conflictes

▶ **Guanyar la batalla al conflicte**

Habilitats de gestió i resolució de conflictes

Idiomes

▶ **Better English**

Comunica't en anglès amb facilitat

Habilitats personals I

Treballa en positiu

Gestió de l'estrès, *mindfulness*, gestió emocional i benestar a la feina

Duració: a partir de 12 hores de formació

Hi ha **pressió, tensió, estrès** a l'entorn laboral? L'estrès afecta la **productivitat** d'alguns equips o treballadors? Hi ha necessitat d'incrementar l'**employee engagement** i el **benestar** a la feina?

La gestió personal de les **emocions** és un element clau per a un millor **desenvolupament laboral** i per a la pròpia salut. Amb aquesta formació, els participants podran trobar **elements de millora en la gestió de l'estrès**, la seva **actitud** i la seva **productivitat**.

OBJECTIUS

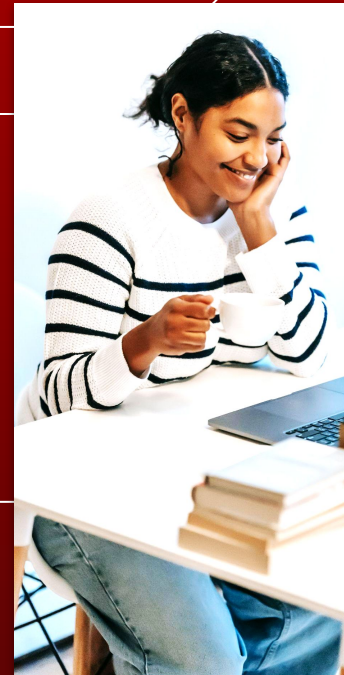
- ✓ aprendre factors i tècniques per a la gestió de l'estrès
- ✓ adoptar nous enfocaments envers el benestar a la feina i la productivitat
- ✓ conèixer i practicar les aplicacions del *mindfulness*
- ✓ millorar la pròpia gestió emocional

CONTINGUTS

- ✓ Una qüestió d'**actitud**
- ✓ Els **àmbits personal i professional**
- ✓ Els **estressors** a la feina: ocupació vs estrès
- ✓ Tècniques per a la **gestió de l'estrès**
- ✓ Com aprofitar el **mindfulness**
- ✓ **Espais** de treball i de benestar
- ✓ Com cultivar el **benestar**
- ✓ Eines de **creativitat individual**
- ✓ **Interacció** saludable
- ✓ **Intel·ligència emocional** per a les pròpies emocions
- ✓ **Plans d'acció** per a la gestió de l'estrès i del benestar a la feina

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Més autoconeixement'
- 'La meua experiència amb l'estrès'
- 'Anàlisi actitudinal'
- 'Practiquem *mindfulness*'
- 'Intel·ligència emocional aplicada'
- 'El propi benestar'
- 'Plans d'acció'



Tot controlat!

Organització personal del treball

Duració: a partir de 12 hores de formació

El **caos** t'absorbeix l'energia? Necessites un **nou enfocament més organitzat** per a la teva feina? La teva safata d'entrada és un **embolic**? Et fa falta **aclarir i planificar millor** la teva feina?

L'**organització personal del treball** suposa una base sòlida per a la **productivitat** i l'**excel·lència**. Amb aquesta formació, els participants podran aprendre a establir **objectius i tempos més fiables**, a **planificar** des de diferents perspectives, a **optimitzar** el seu **rendiment** i a **liderar-se** millor.

OBJECTIUS

- ✓ analitzar la pròpia organització del treball
- ✓ aprendre tècniques per millorar la planificació i l'organització
- ✓ optimitzar els recursos personals i les eines i recursos de treball
- ✓ desenvolupar un pla d'acció per a la millora de l'organització personal del treball

CONTINGUTS

- ✓ **Qualitats i millores** personals
- ✓ Elements bàsics de l'**organització i planificació** del treball
- ✓ Establir **objectius sostenibles**
- ✓ **Tècniques** d'organització del treball
- ✓ Organització de l'**espai** de treball
- ✓ Com optimitzar les **eines** de treball
- ✓ Una millor gestió del **temps** i dels **recursos**
- ✓ **Autolideratge i automotivació**
- ✓ Millorant la **comunicació**
- ✓ **Proactivitat i creativitat**
- ✓ **Plans d'acció** per a l'organització del treball

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Més autoconeixement'
- 'Objectius SMARTER'
- 'Visual thinking personal'
- 'Una mica de brainstorming'
- 'Tasques-temps-recursos'
- 'La màgia de l'ordre'
- 'Plans d'acció'



En bona sintonia

Intel·ligència emocional a l'entorn de treball

Duració: a partir de 12 hores de formació

Seria positiu **ordenar les emocions** a l'organització?
Milloraria la **productivitat** si milloren les **relacions** entre col·laboradors? Aniria bé alinear **emocions i objectius**?

La facilitació en **intel·ligència emocional** permet conèixer i practicar estratègies perquè l'**autogestió emocional** i les **relacions interpersonals** siguin més fluïdes i positives. Amb aquesta formació, els participants incrementaran la seva intel·ligència emocional i les seves **relacions** amb l'equip.

OBJECTIUS

- ✓ conèixer els avantatges de la intel·ligència emocional en l'àmbit professional
- ✓ practicar i incorporar estratègies d'intel·ligència emocional en les relacions professionals
- ✓ millorar la interacció i les relacions socials per aconseguir objectius sostenibles
- ✓ aplicar la intel·ligència emocional per a la millora sostenible de la productivitat

CONTINGUTS

- ✓ Què és la **intel·ligència emocional**?
- ✓ Les emocions en l'**àmbit personal** i en l'**àmbit professional**: en tasca
- ✓ Identificar emocions i sentiments: **etiquetes i valors**
- ✓ **Autoanàlisi** emocional: emocions freqüents i emocions desitjades
- ✓ **Automotivació i motivació**
- ✓ El sentir **propri** i la **sintonia** amb els altres
- ✓ La **regulació** de les pròpies emocions
- ✓ **Rapport, empatia, assertivitat** i llenguatge **no verbal**
- ✓ Alinear les emocions amb els **objectius**
- ✓ La intel·ligència emocional i l'**(auto)lideratge**
- ✓ **Sociograma** emocional
- ✓ Altres **habilitats socials** i comunicatives
- ✓ Claus per a l'**actitud positiva**
- ✓ **Estudi de casos** centrats en l'emocionalitat
- ✓ **Plans d'acció** per a la gestió emocional

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Emocions i valors'
- 'La meua taula de les emocions'
- 'Sociogrames emocionals'
- 'Establint rapport'
- 'Role-plays situacionals'
- 'Plans d'acció'



Habilitats socials 2

Ara ens entenem millor

Habilitats de comunicació professional

Duració: a partir de 12 hores de formació

Com funciona la **comunicació personal** en l'equip?
Convindria establir uns mínims en **qualitat comunicativa professional**? Quina **imatge comunicativa** volen projectar els membres de l'organització?

La formació en **habilitats de comunicació professional** aporta molta més **profunditat, confiança i excel·lència** en la comunicació personal. Com que tot comunica, **empoderem** la nostra comunicació. Amb aquesta formació, els participants afegiran **qualitats i estratègies positives i productives** a la seva comunicació personal i professional.

OBJECTIUS

- ✓ conèixer les possibilitats de la comunicació personal i professional
- ✓ comprendre la pròpia comunicació i la comunicació de les persones amb què s'interactua
- ✓ desenvolupar les pròpies habilitats de comunicació
- ✓ establir plans d'acció per a la millora en comunicació personal i professional

CONTINGUTS

- ✓ El **poder** de les **habilitats de comunicació**
- ✓ La comunicació **oral** i la comunicació **escrita**
- ✓ Els **registres** i **nivells** comunicatius
- ✓ **Autoanàlisi** comunicativa
- ✓ Conceptes clau: **escolta activa, empatia i assertivitat**
- ✓ Llenguatge **verbal** i llenguatge **no verbal**
- ✓ Llenguatge i **valors** - el llenguatge en positiu
- ✓ Donar i rebre **feedback**
- ✓ Establint **rapport**
- ✓ **Estil** comunicatiu i **networking**
- ✓ Tècniques de **negociació**
- ✓ **Branding** i **storytelling** personal + elevator pitch
- ✓ Els diferents **formats** i **entorns** comunicatius (reunions, entrevistes, emails...)
- ✓ Altres **habilitats socials** i comunicatives
- ✓ Aplicant la comunicació a **clients** i **equips**
- ✓ Comunicació per a **objectius concrets**
- ✓ Objectius **personals** de comunicació
- ✓ **Plans d'acció** en comunicació professional

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Autoanàlisi comunicativa'
- 'Dictar imatges'
- 'Transmetre objectius'
- 'PNL VAK'
- 'Sociogrames comunicatius'
- 'Role-plays i anàlisi de situacions'
- 'Plans d'acció'



Les teves presentacions seran un èxit

Habilitats de parlar en públic i presentacions

Duració: a partir de 12 hores de formació

Quan toca **parlar en públic** hi ha pocs voluntaris? Es poden millorar les **presentacions** de l'equip? **Innovar** en les exposicions orals podria aportar una **nova imatge comunicativa** a l'organització?

La formació en **habilitats de parlar en públic i presentacions** aporta experiències i eines perquè les intervencions en públic siguin molt més **agradables** per a qui les realitza i per a qui les presencia. Els participants gaudiran de posar-se a prova per **millorar la seva capacitat de transmetre missatges, de persuadir i de motivar** la seva audiència, alhora que aprendran nombrosos **tips** per **valorar i innovar en les presentacions en públic**.

OBJECTIUS

- ✓ guanyar autoconfiança i seguretat en les intervencions públiques
- ✓ conèixer i aplicar eines per a las presentacions en públic
- ✓ posar en pràctica i analitzar l'habilitat de parlar en públic
- ✓ adquirir la capacitat d'innovar en comunicació pública

CONTINGUTS

- ✓ Superar la **por de parlar en públic**
- ✓ **Autoanàlisi** comunicativa
- ✓ **Objectius** per a la nostra intervenció pública
- ✓ **Sobre què** parlarem?
- ✓ **Formats** de comunicació pública
- ✓ Considerar **les persones que ens escoltaran**
- ✓ **Estructures** per a les intervencions en públic
- ✓ La importància del **llenguatge verbal**
- ✓ Recursos per enriquir la **veu**
- ✓ La gran importància del **llenguatge no verbal**
- ✓ **Suports visuals**
- ✓ Altres **recursos** d'impacte
- ✓ Gestionar les **preguntes**
- ✓ Rebre **feedback** sobre les nostres presentacions
- ✓ Tècniques de **storytelling, persuasió i improvisació**
- ✓ **Sintonitzar** amb el públic
- ✓ Com realitzar una presentació **eficaç i d'impacte**
- ✓ **Pràctiques** de comunicació pública

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Presentació + feedback'
- 'La seguretat i la presència'
- 'Comunicar sense paraules'
- 'Projecte de presentació'
- 'Storytelling'
- 'Pla d'acció'



Habilitats de lideratge I

Comença el teu camí en el lideratge

Iniciació a la gestió de persones i projectes

Duració: a partir de 12 hores de formació

Els **managers** estan **preparats** per gestionar persones? No hi ha **formació de lideratge** a l'organització? Necessiten una mica **guia i pautes** de lideratge els **team leads**?

La **iniciació a les habilitats de lideratge** senta les bases de la **gestió de persones, d'equips i de projectes** per a l'**assoliment d'objectius** i la **satisfacció de cada col·laborador**. Amb aquesta formació, els participants podran **iniciar les seves funcions de lideratge amb nous enfocaments** centrats en la **intel·ligència emocional** i l'**estratègia positiva** en la gestió de persones i de projectes.

OBJECTIUS

- ✓ conèixer les bases del lideratge: objectius, tipologies, estils, models
- ✓ analitzar el propi estil de lideratge
- ✓ reforçar la visió envers l'equip
- ✓ adaptar la comunicació a l'estil de lideratge

CONTINGUTS

- ✓ **Fonaments** de lideratge
- ✓ **Tipologies, estils i models** de lideratge
- ✓ Aspectes **personals i professionals** en el lideratge
- ✓ **Autolideratge**: autoconeixement, autoorganització, automotivació, transparència, assertivitat
- ✓ Lideratge a l'**organització: alineació de missió, visió, valors i objectius**
- ✓ L'**equip**: individus que col·laboren per assolir objectius
- ✓ **Gestió de la diversitat**: tipologies de comportament, individus, cultures, valors, flexibilitat i impuls del talent
- ✓ **Habilitats de comunicació** per a la gestió de persones: donar i rebre **feedback**
- ✓ **Intel·ligència emocional** i lideratge
- ✓ Establiment d'**objectius i plans d'acció**
- ✓ Estudi de **casos**

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Més autoconeixement'
- 'Com lidero'
- 'Objectius SMARTER'
- 'Sociogrames i Visual Thinking'
- 'Feedback apreciatiu'
- 'Estudi de casos'
- 'Plans d'acció'



Habilitats de lideratge 2

Creixent com a líder

Millora i ampliació de les habilitats de lideratge

Duració: a partir de 12 hores de formació

El lideratge a l'organització o a l'equip necessita un **update** i un **upgrade**? A l'empresa hi ha **formació per al creixement en el lideratge**? Hi ha **aspectes per millorar en les habilitats directives**?

La **millora i ampliació de les habilitats de lideratge** facilita el **creixement i l'evolució** en la gestió de persones i de projectes i permet aconseguir **equips d'alt rendiment**. Amb aquesta formació, els participants **aprofundiran** en la seva acció de lideratge per arribar a ser millors **models i referents** i aconseguir implementar un **lideratge transformacional**.

OBJECTIUS

- ✓ detectar aspectes de millora en l'acció de lideratge
- ✓ ampliar coneixements i pràctiques per a la gestió d'equips i del talent
- ✓ desenvolupar habilitats de comunicació per a l'assoliment d'objectius
- ✓ crear plans d'acció per a la innovació i millora del lideratge

CONTINGUTS

- ✓ Autoanàlisi de l'estil i **resultats** de lideratge
- ✓ Gestió del **talent**: dinamitzar, motivar, empoderar, prioritzar, reconèixer i celebrar
- ✓ Habilitats de **coaching** per al lideratge
- ✓ El lideratge **transformacional**
- ✓ El feedback **apreciatiu**
- ✓ **Feedback 360**
- ✓ Habilitats de **negociació**
- ✓ Visió sistèmica, **sociogrames** i **visual thinking**
- ✓ Gestió de **conflictes**
- ✓ **Resolució de problemes**
- ✓ Lideratge **interequips / interdepartamental**
- ✓ **Parlar en públic**
- ✓ Conducció de **reunions**
- ✓ Gestió del **canvi i innovació**
- ✓ Noves perspectives i estratègies **creatives**
- ✓ Experiències de **cohesió** d'equips - team building
- ✓ **Estudi de casos**

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Fortaleses i millores'
- 'Feedback 360'
- 'Coaching individual'
- 'Role-plays de comunicació'
- 'Gestionar el conflicte'
- 'Estudi de casos'
- 'Plans d'acció'



Cohesió d'equips

Persones, objectius i projectes

Facilitació en cohesió d'equips

Duració: a partir de 12 hores de formació

L'equip necessita reforçar les **relacions interpersonals**? ¿ Milloraria la **productivitat** si millora la **comunicació** entre col·laboradors? Aniria bé alinear **persones i objectius**?

La **facilitació en tècniques de cohesió d'equips** permet conèixer i practicar estratègies perquè la **comunicació** i les **relacions** siguin més fluïdes i positives. Amb aquesta formació, els participants incrementaran la seva **vinculació emocional** i la seva comunicació amb l'equip.

OBJECTIUS

- ✓ conèixer i practicar estratègies per millorar la comunicació dins l'equip
- ✓ ampliar la vinculació emocional i professional entre els membres de l'equip
- ✓ desenvolupar habilitats de comunicació per a l'assoliment d'objectius
- ✓ crear plans d'acció per a la cohesió d'equip

CONTINGUTS

- ✓ De l'**individu** a l'**equip**
- ✓ **Fortaleses i millores**
- ✓ Valoració de la **diversitat**
- ✓ Habilitats **socials** i de **comunicació**
- ✓ **Feedback apreciatiu**
- ✓ Visió sistèmica - **sociogrames**
- ✓ **Actituds** davant l'equip (rols)
- ✓ **Storytelling** d'equip
- ✓ **Mindfulness** i llenguatge **positiu**
- ✓ **Reconeixements i celebracions**
- ✓ Altres experiències de cohesió d'equips - **team building**
- ✓ **Plans d'acció** per a la cohesió d'equip

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Fortaleses i millores'
- 'Test de personalitat'
- 'Sociogrames'
- 'Trobar la singularitat'
- 'El que més m'agrada de tu'
- 'Role-plays de comunicació'
- 'Plans d'acció'



Resolució de conflictes

Guanyar la batalla al conflicte

Habilitats de gestió i resolució de conflictes

Duració: a partir de 12 hores de formació

El conflicte és **necessari** com a pas previ per assolir **acords**. Aplicar **tècniques per a la resolució dels conflictes** des d'una visió tan imparcial i professional com sigui possible assegura una bona **gestió del conflicte**.

La facilitació en **habilitats de gestió i resolució de conflictes** ofereix nous **enfocaments, tècniques i estratègies** per a la comprensió, la gestió i la resolució de conflictes en equips i organitzacions. Els participants aprendran a **revalorar el conflicte** per veure'l des de la perspectiva de la seva **resolució** i de les **millores** a què ens convida.

OBJECTIUS

- ✓ comprendre i valorar l'aparició del conflicte com a possibilitat de millora
- ✓ aprendre a analitzar el conflicte de forma productiva
- ✓ conèixer i aplicar tècniques per a la resolució de conflictes
- ✓ elaborar plans d'acció per resoldre conflictes

CONTINGUTS

- ✓ Definim, analitzem i valorem el **conflicte**
- ✓ La **naturalesa** i els **síntomes** del conflicte
- ✓ **Formats** i **àmbits** del conflicte
- ✓ **Valors** davant del conflicte
- ✓ Conflicte, **rol** i **identitat**
- ✓ **Actituds** davant del conflicte
- ✓ Conflicte, **emocions** i **persones**
- ✓ **Estils comunicatius** i adequació a les situacions
- ✓ **Estratègies de comunicació**
- ✓ **Intel·ligència emocional** aplicada
- ✓ **Estils de gestió** de conflictes
- ✓ **Objectius** per a la gestió i resolució de conflictes
- ✓ Gestionar el conflicte des de la **col·laboració**
- ✓ Tècniques de **negociació sostenible**
- ✓ El **lideratge** i la **mediació**
- ✓ **Seguiment** de la resolució
- ✓ **Pla d'acció** per a la resolució de conflictes

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Exposició al conflicte'
- 'Els quatre genets'
- 'Sociogrames'
- 'Identificar emocions'
- 'Situacions comunicatives'
- 'Pla d'acció'



Idiomes

Better English

Comunica't en anglès amb facilitat

Mòduls de 25-30 hores

L'anglès és l'**idioma internacional** per a les relacions professionals a la majoria (o la totalitat) de sectors. Comunicar-se de manera **eficaç** en anglès ens aporta més **habilitats, seguretat i oportunitats professionals**.

La formació **Better English** aporta totes les **eines i habilitats** per **consolidar i millorar** l'ús de l'anglès a l'entorn professional.

A Better English cobrim els següents **nivells**, en mòduls de 25-30 hores:

Nivell A1 - principiant

Nivell A2 - pre-intermedi

Nivell B1 - intermedi

Nivell B2 - intermedi superior

Nivell C1 - avançat

OBJECTIUS

- ✓ conèixer les possibilitats comunicatives en anglès
- ✓ guanyar seguretat en l'expressió en anglès
- ✓ aplicar l'idioma a les necessitats de la professió
- ✓ practicar l'idioma de la manera més realista possible

CONTINGUTS

- ✓ Característiques de l'**anglès professional**
- ✓ **Business English** i la **normativa**
- ✓ Elements de **gramàtica** - l'estructura de l'idioma
- ✓ La **pronunciació**, clau per a la intercomprensió
- ✓ Els diferents **accents i varietats** geogràfiques
- ✓ **Vocabulari** propi de la professió
- ✓ **Estructures i oracions** més comunes
- ✓ **Socialitzar** en anglès - small talk
- ✓ **Àmbits** d'expressió en anglès - del personal al professional
- ✓ **Dubtes i errors** més comuns
- ✓ **Pràctiques orals i escrites** en diferents formats

AMB DINÀMIQUES COM ARA:

- 'Introducing myself'
- 'Delivering a speech'
- 'Small talk and conversation topics'
- 'Language Sudoku'
- 'International interaction'
- 'How can I help?'



Consultoria-coaching

Consultoria-coaching per a treballadors/es

Molts creiem en l'aprenentatge al llarg de la vida com a manera d'**actualitzar-se i créixer** (*upskilling i reskilling*) en l'**àmbit professional**.

Les consultories-coaching per a treballadors/es són accions **personalitzades** per a la **millora concreta d'habilitats i competències personals i professionals** que aporten un increment en l'**autoseguretat**, la **motivació**, el **benestar professional** i la **productivitat** de les persones.

Consultoria-coaching per a emprenedors

Totes les empreses (i els seus emprenedors) necessiten **iniciar, redirigir o millorar** un projecte professional en algun moment: des de trobar inspiració per a donar impuls, a repensar les accions de màrqueting.

Les consultories-coaching per a emprenedors són accions **personalitzades** dirigides a **emprenedors, professionals freelance o start-ups** per a la millora de la **marca personal i corporativa** (*personal and corporate branding*), l'aplicació de **noves estratègies** i la **consolidació** del projecte.

Consultoria-coaching per a equips

La base dels equips de treball és la **col·laboració de persones per assolir objectius**. Sovint cal un **acompanyament extern** durant les diferents etapes dels equips: l'**inici** de la col·laboració, la fase de **conflicte**, la **normalització**, la **dedicació** i la **finalització**. Els equips estan constantment enfrontant **reptes** a nivell individual i col·lectiu.

La majoria d'organitzacions inverteixen en els seus equips per incrementar la **productivitat** i moltes també inverteixen en la **millora de l'execució i les relacions dins i fora de l'equip**. Aconseguir **Equips d'Alt Rendiment** acaba aportant molta més **satisfacció personal i professional** als participants i un **increment dels beneficis** per a l'organització.

Les consultories-coaching per a equips són accions **adaptades al 100%** a les necessitats i interessos dels **equips concrets** per a una **millora del seu funcionament**.



Metodologia

Com ho fem?

Metodologia de les formacions

A través d'una anàlisi per a la **detecció de necessitats** concretes arribem a un programa formatiu que **s'adapta al màxim** als interessos de l'organització.

La majoria de formacions són a mida, adaptant els **continguts** i la **durada** de cada formació.

Oferim la possibilitat de fer una **avaluació** i **seguiment** de cada acció formativa.

Totes les formacions es poden realitzar en format **virtual i presencial**, tant en **català** com en **anglès** o **castellà**.

Les formacions contempnen una metodologia **personalitzada, activa, participativa**, aplicant-hi el **learning-by-doing** i l'aprenentatge **hands-on, experiencial**, amb component **reflexiu** i **analític**.

Metodologia de las consultories-coaching

L'establiment d'**objectius** és el pas inicial per fer un procés de consultoria-coaching efectiu.

Les consultories s'articulen en **sessions comunicatives** i **treball personal/grupal**.

Totes les consultories es poden realitzar en format **virtual i presencial**, tant en **català** com en **anglès** o **castellà**.

Les accions de consultoria-coaching són sempre **adaptades al 100%** a les necessitats concretes d'individus i equips.

Oferim opcions **intensiva** i **extensiva**

Sempre es fa una **avaluació** i **seguiment** de cada consultoria.

Carlos van Oosterzee

Carlos van Oosterzee és **formador, facilitador, consultor i coach en Soft Skills**, Màster en Llenguatge i comunicació + Desenvolupament personal i professional.

Col·labora amb organitzacions i professionals locals i internacionals per millorar les **habilitats personals i d'equip**.

www.carlosvanoosterzee.com
carlos@carlosvanoosterzee.com

+34 656 44 53 11



CARLOS V A N O O S T E R Z E E