

CARLOS VAN OOSTERZEE

BetterSkills

Millors habilitats

Formacions i consultoria
en habilitats personals i d'equip

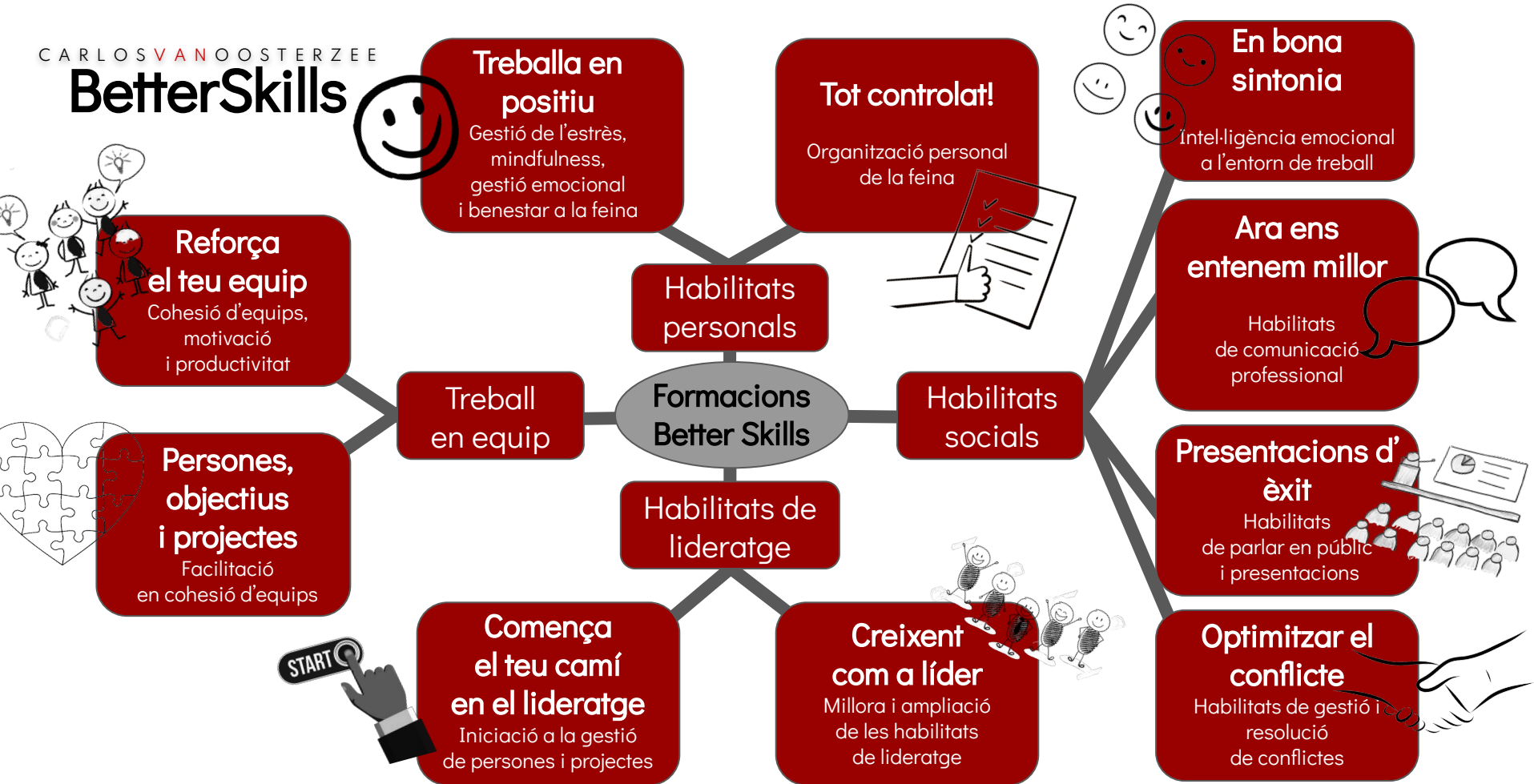
www.carlosvanosterzee.com

Soft Skills - Habilitats Toves



- estar bé ✓
- ser efectius ✓
- ser professionals ✓
- saber estar ✓
- saber fer ✓
- tenir recursos personals ✓
- créixer ✓







Treballa en positiu

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

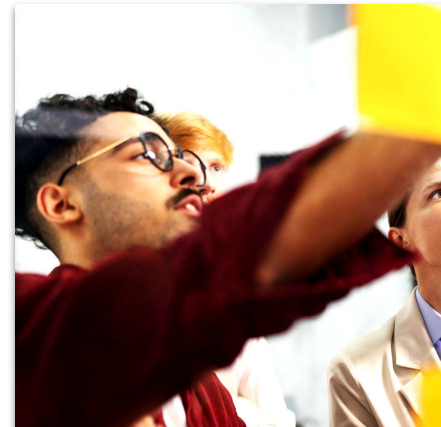
- ✓ habilitat personal
- ✓ actitud personal
- ✓ actitud professional
- ✓ estrès
- ✓ mindfulness
- ✓ cultivar el benestar



Tot controlat!

Organització personal del treball

- ✓ habilitat **personal**
- ✓ **qualitats i millores**
- ✓ **organització i planificació**
- ✓ **objectius sostenibles**
- ✓ gestió del **temps** i dels **recursos**
- ✓ **autolideratge i automotivació**



En bona sintonia

Intel·ligència emocional a
l'entorn
de treball

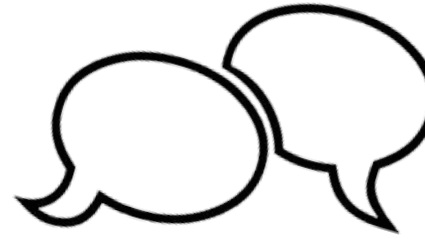
- ✓ habilitat **social**
- ✓ intel·ligència **emocional**
- ✓ la **sintonia** amb els altres
- ✓ **sociograma** emocional
- ✓ emocions i **objectius**



Ara ens entenem millor

Habilitats
de comunicació
professional

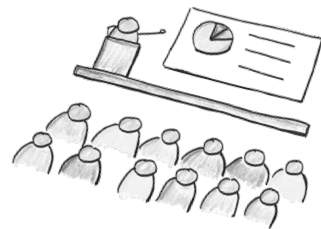
- ✓ habilitat **social**
- ✓ habilitats de **comunicació**
- ✓ comunicació amb **clients**
- ✓ el llenguatge **en positiu**
- ✓ **feedback**
- ✓ **networking**
- ✓ **negociacions**
- ✓ **branding, storytelling, elevator pitch**
- ✓ **formats i entorns**
- ✓ comunicació i **objectius**



Presentacions d'èxit

Habilitats
de parlar en públic
i presentacions

- ✓ habilitat **social**
- ✓ **superar** la por
- ✓ **estructura, continguts i audiència**
- ✓ llenguatge **verbal i no verbal**
- ✓ **pràctiques** de comunicació pública
- ✓ suports **visuals**
- ✓ **storytelling, persuasió, improvisació**
- ✓ **sintonitzar**
- ✓ **impacte**



Optimitzar el conflicte

Habilitats de gestió
i resolució
de conflictes

- ✓ habilitat social
- ✓ entendre el conflicte
- ✓ valors i actituds davant el conflicte
- ✓ emocions i persones
- ✓ comunicació no violenta
- ✓ col·laboració
- ✓ lideratge i mediació



Comença el teu camí en el lideratge

Iniciació a la gestió
de persones i projectes

- ✓ habilitat de lideratge
- ✓ fonaments de lideratge
- ✓ tipologies, estils i models
- ✓ autolideratge
- ✓ objectius i equip
- ✓ intel·ligència emocional i lideratge



Creixent com a líder

Millora i ampliació
de les habilitats
de lideratge

- ✓ habilitat de lideratge
- ✓ gestió del talent
- ✓ coaching per al lideratge
- ✓ lideratge transformacional
- ✓ feedback 360
- ✓ gestió del canvi
- ✓ projecció com a líder



Reforça el teu equip

Cohesió d'equips,
motivació
i productivitat

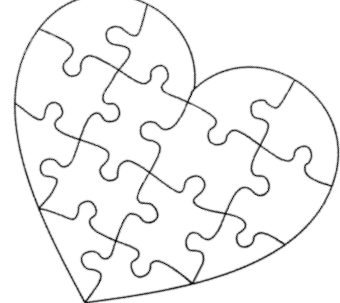
- ✓ habilitat de lideratge
- ✓ entendre l'equip
- ✓ gestió emocional
- ✓ comunicació positiva
- ✓ coaching per a equips
- ✓ motivar
- ✓ gestió de conflictes

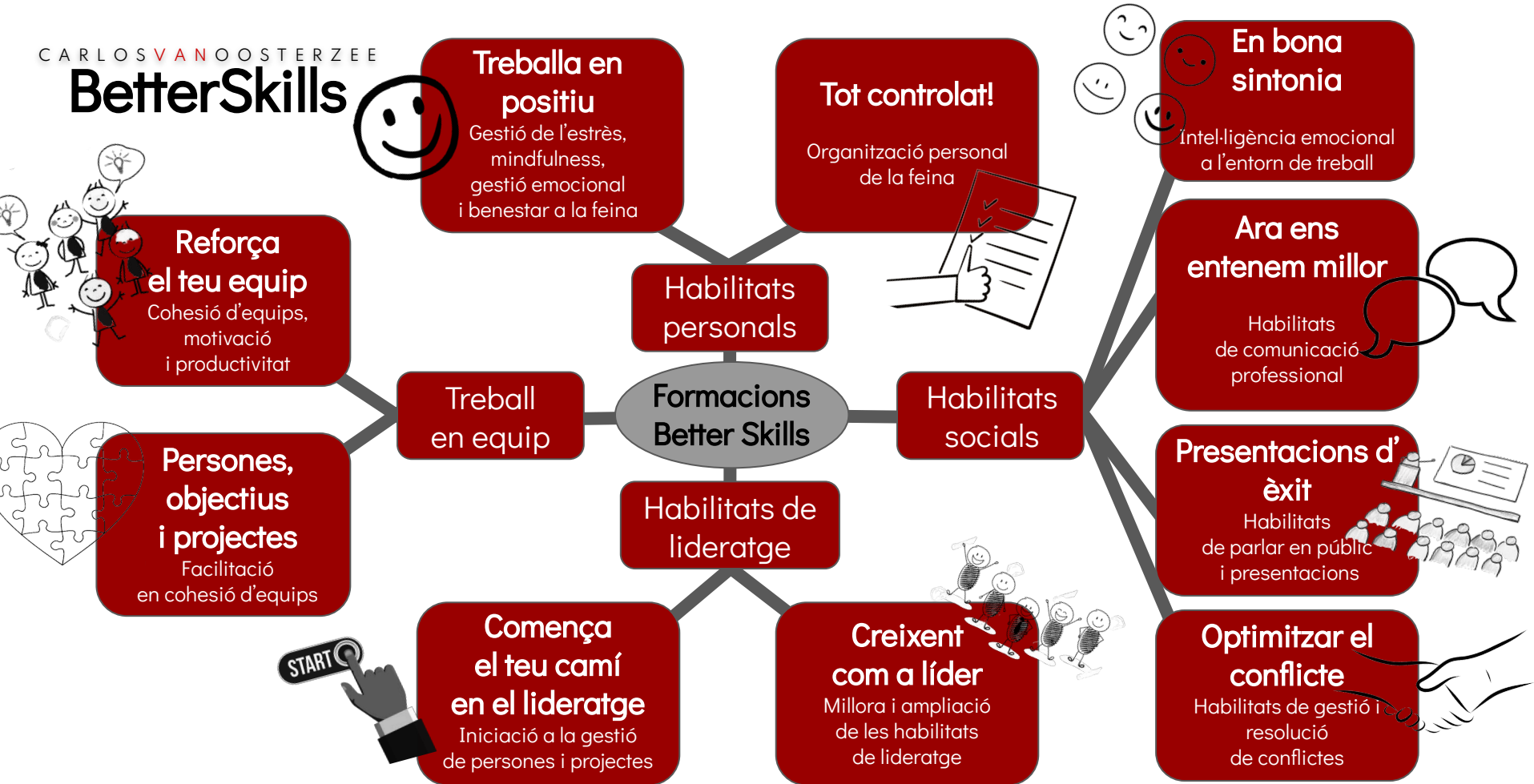


Persones, objectius i projectes

Facilitació en cohesió
d'equips

- ✓ habilitat de treball en equip
- ✓ de l'individu a l'equip
- ✓ diversitat
- ✓ comunicació apreciativa
- ✓ reconeixements i celebracions
- ✓ team building







Metodologia

- ✓ continguts personalitzables
- ✓ duració adaptable
- ✓ participativa
- ✓ personalitzada
- ✓ experiencial
- ✓ reflexiva
- ✓ analítica
- ✓ presencial / virtual
- ✓ català / castellà / anglès

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 a la millora de les **habilitats personals i d'equip**.

www.carlosvanoosterzee.com
carlos@carlosvanoosterzee.com
+34 656 44 53 11



BetterSkills

CARLOS VAN OOSTERZEE

BetterSkills

Millors habilitats

Formacions i consultoria
en habilitats personals i d'equip

www.carlosvanoosterzee.com