



DOSSIER FORMACIÓN

COMPETENCIAS CLAVE
PARA EL CRECIMIENTO DEL

POTENCIAL
HUMANO
ORGANIZACIONAL

By RebecaRuedaGallego

PRESENTACIÓN

Transformando el potencial técnico y humano en valor sostenible para la organización.

En organizaciones en fase de crecimiento y escalado, el talento y el potencial humano están presentes, pero requieren estimularse de manera consciente para alinear la excelencia técnica con una **estrategia de impacto humano** y la máxima eficiencia. Cada persona posee capacidades únicas que, al fortalecerse y conectar con un propósito común, generan un impacto transformador en la productividad y la cultura de la empresa.

Invertir en la evolución de los equipos optimiza los procesos y potencia el bienestar de las personas. Cuando operarios, mandos intermedios y directivos se sienten capacitados para desempeñarse con confianza, se construye un entorno más seguro, enfocado directamente en elevar el **rendimiento operativo** y la excelencia en el trabajo diario.

Desarrollar habilidades clave como el liderazgo en planta, la comunicación no verbal estratégica, la inteligencia emocional y la **cohesión planta-oficina** impulsa una cultura organizacional sólida, eliminando silos entre departamentos y preparando a la empresa para los retos del crecimiento.

Bajo esta visión, **Entrenando Tu Potencial**, liderado por Rebeca Rueda Gallego, se convierte en un aliado estratégico para las empresas que buscan potenciar su talento interno, estrechar la conexión entre planta y oficina y consolidar un crecimiento sostenible.

La formación no es sólo una inversión en competencias, sino en la construcción de una cultura organizacional más humana y preparada para afrontar los retos del futuro.

¿Para qué invertir en formación?

La inversión en formación ofrece beneficios estratégicos tales como:

- **Mejora del rendimiento y productividad:** Equipos capacitados trabajan de manera más eficiente y cometen menos errores.
- **Retención del talento:** Oportunidades de desarrollo que aumentan el compromiso y la permanencia en la empresa.
- **Adaptabilidad al cambio:** Preparación para adaptarse a nuevos procesos, tecnologías y fases de escalado.
- **Fortalecimiento de la cultura organizacional:** Promueve valores compartidos y una visión común, mejorando el clima laboral.
- **Innovación y creatividad:** Equipos formados para generar soluciones efectivas y colaborativas.

ENTRENANDO tu
POTENCIAL

Enfoque y Metodología

Como directora de Entrenando Tu Potencial, mi objetivo es que cada formación sea una experiencia de transformación para quienes participan. No se trata solo de adquirir conocimientos, sino de integrar nuevas formas de pensar, comunicar y liderar, logrando cambios reales y sostenibles en el entorno profesional.

Cada formación que imparto está diseñada para generar impacto, aplicabilidad y compromiso. Creo firmemente en que el aprendizaje debe ser vivido, experimentado y practicado para que realmente se integre y transforme la manera en que las personas actúan, piensan y sienten dentro de sus equipos y organizaciones.

Mi enfoque se basa en tres pilares esenciales:

1. Herramientas para la Materialización del Cambio y el Logro de Objetivos

Aprender no tiene sentido si no se traduce en acción. Cada formación está diseñada para que los participantes puedan aplicar de inmediato lo aprendido en su entorno laboral.

Para ello, utilizo herramientas innovadoras como:

✓ **Simulaciones y juegos de roles**, que permiten enfrentar escenarios reales en un ambiente seguro, favoreciendo la integración de habilidades.



✓ **LEGO® SERIOUS PLAY®**, que permite visualizar ideas, resolver problemas y fortalecer el trabajo en equipo de manera tangible.

✓ **Coaching de Equipos**, para alinear objetivos, potenciar el liderazgo y fomentar la colaboración.

✓ **Análisis de la Comunicación No Verbal**, clave para proyectar confianza, credibilidad e influencia.

✓ **DISC en Acción**, un modelo para comprender y mejorar la comunicación dentro de los equipos.

✓ **Design Thinking**, un enfoque centrado en la resolución de problemas de forma creativa, colaborativa y orientada a la acción.



2. Un Espacio de Aprendizaje Seguro, sin Juicios ni Críticas

La transformación solo ocurre en un entorno donde las personas se sienten cómodas explorando nuevas formas de actuar y pensar.

Esta propuesta de formaciones está diseñada para ser un espacio de crecimiento donde cada persona puede aprender sin miedo al error.

Más que enseñar, se trata de facilitar el proceso de descubrimiento y desarrollo de cada participante, generando confianza y apertura al cambio.

¿Cómo lo hacemos?:

- ✓ Creando un ambiente libre de juicio, donde cada participante se sienta respetado en su proceso de aprendizaje.
- ✓ Fomentando la exploración y la creatividad, permitiendo que las personas experimenten con diferentes enfoques para encontrar su propia forma de aplicar lo aprendido.
- ✓ Aplicando la inteligencia emocional para gestionar bloqueos, creencias limitantes y barreras en la comunicación.
- ✓ Utilizando metodologías participativas y dinámicas, donde cada persona se involucra de manera activa.

3. Un Aprendizaje que Transforma desde la Actitud, hasta el Pensamiento y la Emoción

Para que un aprendizaje sea realmente efectivo, no basta con cambiar la forma en que trabajamos, también debe impactar la forma en que pensamos, sentimos y nos relacionamos con nuestro entorno.

¿Cómo lo logramos?:

- ✓ Diseñando "laboratorios de experiencias", donde los participantes simulan y practican situaciones reales antes de enfrentarlas en su entorno laboral.
- ✓ Aplicando técnicas de gestión emocional y regulación del estrés, fundamentales para la toma de decisiones y el liderazgo efectivo.
- ✓ Integrando herramientas de coaching y neurociencia aplicada, que ayudan a modificar hábitos, patrones de pensamiento y mejorar la resiliencia.
- ✓ Fomentando un aprendizaje que impacte en la energía, la mentalidad y la emoción, asegurando que el cambio no sea superficial, sino profundo y duradero.



Acerca de

Rebeca Rueda Gallego

Soy Rebeca Rueda Gallego, especialista en **desarrollo humano** y comunicación consciente. Desde hace más de dos décadas, acompaño a personas y equipos en su crecimiento, potenciando su liderazgo y sus relaciones a través de ponencias, formaciones y sesiones individuales.



Formación y Certificaciones

- **Analista Conductual DISC Certificada** (Instituto Disc Español): Herramienta para mejorar la comunicación, el liderazgo y la gestión de equipos a través de los estilos de comportamiento.
- **Facilitadora certificada en LEGO® SERIOUS PLAY®**: Metodología creativa para potenciar la toma de decisiones y el desarrollo de equipos.
- **Coach** con especialización en **Design Thinking** y **Coaching de Equipos**: Metodologías ágiles aplicadas al liderazgo, la innovación y el crecimiento profesional.
- **Máster en Transformación Personal**, **Máster en Comunicación Integral** y **Máster en Musicoterapia**: Herramientas de cambio para la mejora del liderazgo y la comunicación.
- **Postgrados en Comunicación No Verbal**, en **Inteligencia Emocional**, y en **Formación de Formadores**: Habilidades comunicativas, emocionales y pedagógicas para el acompañamiento.
- **Licenciada en CC de la Actividad Física y el Deporte** (UPM): Enfoque en el entrenamiento del potencial humano a través del movimiento y la disciplina.

Experiencia Profesional

Mi trayectoria profesional está enfocada en el desarrollo del potencial humano y el aprendizaje experiencial. Desde hace más de 20 años acompaño a profesionales y equipos en su evolución, **integrando metodologías como Design Thinking, DISC, LEGO® SERIOUS PLAY® y el análisis de la comunicación no verbal**, creando un método propio que facilita la aplicación práctica del conocimiento.

Trabajo con las empresas y equipos, **impulsando la gestión del talento, la cohesión interna y el desarrollo de habilidades clave** en entornos empresariales. También colaboro con medios de comunicación, deportistas y artistas en el análisis de sus competencias emocionales y comunicativas. En cualquier caso aplico una **mirada humanista e integrativa** inspirada en mi maestra, Joaquina Fernández García .

A través de estrategias personalizadas y formaciones aplicadas, ayudo a las organizaciones a **potenciar su activo más valioso: las personas**, facilitando su crecimiento, liderazgo y comunicación efectiva para generar un **impacto positivo y sostenible en su entorno profesional**.

PROGRAMA

EJECUTIVO 1:1 2026

PROGRAMA A

PERFILADO NO VERBAL & PRESENCIA EJECUTIVA



Exclusivo para Alta Dirección,
Dirección General, CEO, Fundadores y Portavoces.

PROGRAMA B

COACHING EJECUTIVO & LIDERAZGO OPERATIVO



Para Alta Dirección, Mandos Intermedios,
Responsables de Planta/Área y Jefes de Equipo.

PERFILADO NO VERBAL & PRESENCIA EJECUTIVA

Exclusivo para la Alta Dirección

Programa A.



Para qué del programa:

En la alta dirección, el impacto real de un líder no reside solo en el contenido de su discurso, sino en la **congruencia, serenidad y autoridad que proyecta su comunicación no verbal**. En negociaciones clave, comités de dirección, intervenciones públicas o momentos de alta presión, la gesticulación, la postura y la expresión emocional comunican de forma inconsciente mucha información al otro.

Este programa de perfilado individualizado no es una formación teórica, sino una disciplina de **análisis y consultoría técnica avanzada sobre la conducta no verbal del directivo**.

Permite tomar conciencia del perfil comunicativo propio, detectar ineficiencias o incoherencias corporales y diseñar un **plan de desarrollo personalizado para consolidar una presencia ejecutiva coherente, influyente y de alto impacto**.

Objetivos del programa:

- ✓ Evaluar con precisión técnica la conducta no verbal: Identificar los patrones corporales, emocionales y expresivos que definen la presencia del líder en entornos reales de trabajo.
- ✓ Optimizar la capacidad de influencia y credibilidad: Alinear el lenguaje corporal con el mensaje verbal para proyectar seguridad, serenidad y autoridad moral en momentos decisivos.
- ✓ Detectar y corregir fugas comunicativas: Neutralizar hábitos gestuales, tensiones o tics que puedan restar poder al discurso o transmitir inseguridad de forma involuntaria.
- ✓ Diseñar un plan de desarrollo de la presencia ejecutiva: Potenciar los rasgos diferenciales del líder para adaptar su comunicación a las necesidades actuales de la organización.

Programa A.

Alcance del Estudio y Áreas de Análisis:

El perfilado no verbal realiza un análisis técnico integral de la presencia y comportamiento del líder a través de los siguientes ejes:

A. COMPORTAMIENTO NO VERBAL (HÁBITOS Y RUTINAS APRENDIDAS)

Estudia las pautas de conducta consolidadas por el historial y aprendizaje del líder:

- Línea Base Conductual (Baseline).
- Competencias y Habilidades Emocionales.

B. LENGUAJE NO VERBAL

(EMOCIONES DEL MOMENTO PRESENTE)

Analiza la respuesta emocional en tiempo real y la reacción inmediata ante estímulos clave:

- Cambios significativos asociados al ademán, la gestualidad y la postura.
- Comunicación No Consciente y Canales Fisiológicos.
- Microexpresiones y Congruencia Emocional (FACS).

C. COMUNICACIÓN NO VERBAL

(INTENCIONALIDAD Y SENTIDO GLOBAL)

Interpreta la suma de todos los movimientos para decodificar la intención consciente o no consciente del directivo:

- Temperamentos de la Personalidad.
- Somatotipos No Verbales.
- Mapas Mentales.
- Estilo de Liderazgo.



Metodología de trabajo:

Fase 1: Recopilación y Auditoría Audiovisual (Trabajo de gabinete)

- Análisis técnico de material fotográfico y en vídeo del directivo en situaciones reales (reuniones, ponencias o intervenciones grabadas ad-hoc).

Fase 2: Diagnóstico e Informe Técnico de Perfilado

- Entrega de un Informe Técnico Confidencial con el diagnóstico completo de las fortalezas, zonas de fuga y patrones de estrés, acompañado de una **sesión individual de Videofeedback guiado**.

Fase 3: Plan de Desarrollo de Presencia y Marca Ejecutiva

- Acompañamiento personalizado para implementar las propuestas de ajuste conductual, entrenar la corporalidad/voz y consolidar el perfil de impacto deseado.

El impacto de un líder no depende solo de la solidez de su discurso, sino de la serenidad y firmeza que proyecta su corporalidad.

Programa A.

Destinatarios:

Este servicio está diseñado específicamente para líderes de máximo nivel que necesitan proyectar la máxima **coherencia y autoridad** en escenarios de alta exposición corporativa.

- **Directores Generales, CEO, Fundadores y** Miembros del Comité de Dirección.
- **Portavoces corporativos**, representantes institucionales y directivos expuestos a negociaciones críticas o apariciones públicas.
- **Líderes** en procesos de transición, promoción interna o asunción de nuevos retos estratégicos de gran envergadura.

Es la solución idónea para aquellos directivos que saben que su conducta no verbal es el reflejo directo de la reputación y solvencia de la organización.

Inversión y Financiación:

Ofrecemos un marco de inversión flexible y adaptable a la estructura corporativa de la organización:

- Se presupuesta de forma **personalizada** en función del alcance del análisis, el número de directivos participantes y el volumen de sesiones de acompañamiento.
- Programa susceptible de ser bonificado a través de la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo (FUNDÆ), gestionando la tramitación correspondiente para maximizar el crédito de formación de la empresa.



Resultados esperados:

- ✓ **Presencia e Impacto Directivo:** Proyección de una figura de autoridad serena, sólida y auténtica en cualquier escenario de trabajo.
- ✓ **Autorregulación Emocional Visible:** Dominio del lenguaje corporal y mantenimiento de la templanza en situaciones de crisis o alta presión.
- ✓ **Consolidación de la Marca Ejecutiva:** Un estilo de liderazgo claro, reconocible y alineado con los objetivos estratégicos de la compañía.

Modalidad y Duración:

El programa se imparte en formato presencial o mixto, garantizando un entorno de máxima confidencialidad y adaptándose a la agenda de la alta dirección.

- **Sesión Inicial y Toma de Datos (1,5 horas):** Entrevista individual para definir objetivos y recoger el material escrito y audiovisual.
- **Sesión de Diagnóstico y Videofeedback (2 horas):** Presentación del informe técnico confidencial, revisión guiada del material analizado y entrega de la propuesta de desarrollo.
- **Sesiones de Entrenamiento:** 2 a 4 sesiones individualizadas (1,5 horas por sesión).

COACHING EJECUTIVO & LIDERAZGO OPERATIVO

Para la Alta Dirección y Mandos Intermedios

Programa B.



Para qué del programa:

El éxito sostenido de una organización depende de la capacidad de sus líderes para traducir la estrategia en resultados operativos impecables.

Este programa de acompañamiento individualizado está diseñado para **fortalecer las competencias directivas, la toma de decisiones y la gestión de personas** en todos los niveles de responsabilidad de la compañía.

No se trata de una formación teórica, sino de un proceso de coaching ejecutivo de alto rendimiento que permite al directivo o mando intermedio **identificar sus áreas de mejora, potenciar sus fortalezas de liderazgo y adquirir herramientas prácticas** para gestionar equipos, resolver conflictos y mantener la eficacia bajo presión.

Objetivos del programa:

- ✓ **Desarrollar un liderazgo consciente y de alto impacto:** Consolidar un estilo de dirección claro, firme y empático que inspire confianza y compromiso en la organización.
- ✓ **Potenciar la eficacia y la toma de decisiones:** Dotar al líder de herramientas de gestión del tiempo, priorización estratégica y claridad mental en entornos complejos.
- ✓ **Optimizar la gestión de personas y conflictos:** Mejorar la capacidad de delegación, la comunicación asertiva y la resolución constructiva de fricciones operativas.
- ✓ **Alinear el desempeño con los objetivos de negocio:** Garantizar que la gestión diaria del equipo esté perfectamente conectada con la estrategia global de la empresa.

Programa B.

Proceso de acompañamiento:

Aborda el desarrollo integral del líder a través de tres dimensiones fundamentales de desempeño:

A. LIDERAZGO, COMUNICACIÓN Y GESTIÓN DE EQUIPOS

Evaluación y desarrollo de la comunicación interpersonal y las competencias de dirección:

- Estilo de Liderazgo y Delegación.
- Habilidades Comunicativas e Influencia.

B. AUTOGESTIÓN Y REGULACIÓN EMOCIONAL

Enfoque en el equilibrio personal del directivo frente a la alta exigencia operativa:

- Gestión del Estrés y Toma de Decisiones.
- Eficacia Personal y Priorización.

C. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS Y ALINEACIÓN

Intervención en la dinámica relacional y organizativa de la línea de mando:

- Mediación y Gestión de Fricciones.
- Alineación Estratégica.

El impacto de un líder no depende solo de la solidez de su discurso, sino de la serenidad y firmeza que proyecta su corporalidad.



Metodología de trabajo:

El proceso combina de forma personalizada disciplinas como el Coaching Ejecutivo, la Inteligencia Emocional y la Comunicación No Verbal, aplicando la herramienta más eficaz según las necesidades de la persona:

Fase 1: Evaluación Inicial y Definición de Objetivos (1 hora)

- Entrevista de diagnóstico para mapear el punto de partida del líder, definir los indicadores de éxito y establecer el plan de trabajo individual.

Fase 2: Plan de Acompañamiento y Sesiones 1:1 (Mínimo 4 a 8 sesiones)

- Sesiones periódicas e individualizadas de coaching y desarrollo (1,5 horas por sesión) enfocadas en retos reales, con herramientas aplicadas entre sesión y sesión.

Fase 3: Evaluación de Resultados y Plan de Sostenibilidad (1 hora)

- Sesión final de medición de avances, revisión del grado de consecución de metas y diseño de un plan de mantenimiento autónomo de las competencias.

ENTRENANDO tu
POTENCIAL

Programa B.

Destinatarios:

Este programa está diseñado para profesionales con responsabilidad sobre personas y resultados que buscan elevar su nivel de desempeño y liderazgo dentro de la estructura corporativa.

- **Alta Dirección**, Directores de Área y Responsables de Unidad de Negocio.
- **Mandos Intermedios**, Jefes de Planta, Encargados y Jefes de Equipo.
- **Perfiles técnicos en proceso de promoción** o transición hacia roles de dirección de personas.

Es la solución idónea para aquellos profesionales que saben que un liderazgo sólido y cohesionado es el motor principal para el crecimiento de la empresa.

Inversión y Financiación:

Ofrecemos un marco de inversión flexible y adaptable a la estructura corporativa de la organización:

- Se presupuesta de forma **personalizada** en función del alcance del análisis, el número de directivos participantes y el volumen de sesiones de acompañamiento.
- Programa susceptible de ser bonificado a través de la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo (FUNDÆ), gestionando la tramitación correspondiente para maximizar el crédito de formación de la empresa.



Resultados esperados:

- ✓ **Liderazgo Sólido y Reconocido:** Incremento de la autoridad moral, la confianza del equipo y la solvencia en la gestión de personas.
- ✓ **Reducción del Estrés Operativo:** Mayor serenidad, control y capacidad de respuesta ante imprevistos o picos de trabajo.
- ✓ **Resolución Eficaz de Conflictos:** Disminución de fricciones internas y mejora directa en el clima laboral de la planta u oficina.
- ✓ **Mayor Productividad y Alineación:** Optimización de procesos de trabajo y consecución más fluida de los objetivos marcados.

Modalidad y Duración:

El programa se imparte en **formato presencial u online**, adaptándose a la disponibilidad operativa de la línea de mando.

- **Duración aproximada:** Entre 6 y 8 sesiones de trabajo individualizado.
- **Frecuencia recomendable:** Semanal o Quincenal para asegurar la correcta implantación de las tareas entre sesiones.
- **Formato:** Sesiones de entre 1 hora y 1,5 horas de duración en entorno de absoluta confidencialidad.

PROGRAMAS GRUPALES 2026

PROGRAMA 1

LIDERAZGO CONFIABLE y PRESENCIA ESTRATÉGICA:
Comunicación No Verbal de Impacto



PROGRAMA 2

GESTIÓN EMOCIONAL de ALTO RENDIMIENTO:
Competencias Emocionales Aplicadas



PROGRAMA 3

COHESIÓN PLANTA-OFICINA:
Comunicación efectiva con LEGO® SERIOUS PLAY®



PROGRAMA 4

TALENT EVOLUTION & RESKILLING:
Crecimiento del Potencial Interno



LIDERAZGO CONFIABLE y PRESENCIA ESTRATÉGICA

Comunicación No Verbal de Impacto.

Programa 1.

Para qué del programa:

Las empresas que evolucionan entienden que el liderazgo real va mucho más allá de las palabras que se dicen en una reunión o ante un equipo.

La presencia, la postura, la actitud y la expresión no verbal generan impacto, transmiten confianza o, por el contrario, pueden restar credibilidad sin que nos demos cuenta.

Este programa permite tomar conciencia del impacto real que proyectamos y aprender a construir una presencia estratégica, firme y cercana, alineada con la visión de la empresa.

Transforma la forma en que el líder se percibe a sí mismo y a su entorno, facilitando relaciones laborales más efectivas, basadas en la confianza, la autoridad moral y la conexión auténtica.

Es una experiencia de aprendizaje aplicado, práctica y profundamente transformadora, que ayuda a los participantes no solo a proyectar confianza y liderazgo, sino a sentirlo, integrarlo y vivirlo en su día a día, contribuyendo al crecimiento de la empresa desde un liderazgo más consciente.

Se trata de descubrir cómo nuestra comunicación no verbal puede convertirse en un recurso estratégico alineado con nuestra visión, nuestra autenticidad y el propósito de la empresa.

Objetivos del programa:

- ✓ Convertir la comunicación no verbal en una herramienta de liderazgo consciente y alineada con la visión de la empresa.
- ✓ Mejorar la intención y el propósito detrás de cada mensaje, asegurando coherencia y honestidad comunicativa..
- ✓ Aumentar la capacidad de influencia y conexión en reuniones, negociaciones y liderazgo de equipos.

Programa 1.

Contenidos Principales:

Este programa va más allá de las técnicas tradicionales, ayudando a los líderes a alinear su expresión, su propósito y el impacto en la organización.

Módulo 1: Comunicación No Verbal y Liderazgo Consciente

- Cómo la comunicación no verbal impacta en el liderazgo y la confianza.
- Técnicas para proyectar seguridad sin perder autenticidad.

Módulo 2: Marca Personal y Comunicación Influyente.

- Identificación de aspectos no verbales que restan o suman marca.
- Estrategias para la construcción de una marca personal coherente.

Módulo 3: Expresión Emocional y Gestión del Clima en el Equipo

- Comunicación no verbal para mejorar el equipo y el ambiente laboral.
- Regulación emocional e identificación de ítems no verbales clave.



Módulo 4: Comunicación No Verbal para Presentaciones Eficaces.

- Comunicación no verbal en reuniones de alto impacto.
- Herramientas para generar confiabilidad e influencia desde la autenticidad.

Módulo 5: Integración Práctica y Personalización

- Simulaciones, role-playing y video-feedback.
- Estrategias personalizadas según el perfil del líder.

A través de una metodología práctica y personalizada, los participantes fortalecerán su coherencia, potenciando su liderazgo y cultura empresarial.

Programa 1.

Destinatarios:

Este programa está diseñado para profesionales que necesitan **fortalecer su liderazgo, su autoridad y su capacidad de influencia**, sin perder cercanía ni confiabilidad en su entorno laboral y comercial.

- Directivos y líderes de equipo.
- Responsables y mandos intermedios.
- Comerciales, Portavoces, Negociadores y Representantes con alta exposición pública.
- Profesionales en transición a roles de liderazgo,

Para quienes saben que su liderazgo no solo depende de lo que dicen, sino de cómo lo transmiten.

Inversión y Financiación:

356€/hora financiable a través de FUNDAE.

Formaciones grupales adaptadas, con **opciones personalizadas según el presupuesto** y las necesidades de la empresa.

Incluye materiales, certificación y seguimiento post-formación.

Áreas de Formación según el Registro de Empresas: **FCOV - COMPETENCIAS CLAVE**, **IFCM - COMUNICACIONES**, **FCOO - ORIENTACIÓN LABORAL**, **COMM - MARKETING Y RELACIONES PÚBLICAS** y/o **ADGG - GESTIÓN DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**.



Resultados esperados:

- ✓ Mayor coherencia e impacto en reuniones, presentaciones y negociaciones.
- ✓ Mayor autoconocimiento y gestión comunicativa en el liderazgo.
- ✓ Corrección de hábitos no verbales que pueden restar marca y credibilidad.
- ✓ Conexión más profunda con equipos y colaboradores a través de una comunicación más auténtica y efectiva.

Modalidad y Duración:

Formato recomendado: Programa de 8 a 12 horas presenciales.

Estructura flexible: Puede impartirse en 3 a 5 sesiones de 2 a 4 horas cada una.

Ubicación: En las instalaciones de la empresa o en un espacio externo adaptado a las dinámicas de aprendizaje

GESTIÓN EMOCIONAL de ALTO RENDIMIENTO

Competencias Clave en el entorno empresarial.

Programa 2.

Para qué del programa:

Las empresas que evolucionan saben que el éxito no solo depende de estrategias y procesos, sino también de cómo las personas gestionan sus emociones, interactúan y responden ante los desafíos operativos diarios.

La inteligencia emocional no es un concepto abstracto, sino una **herramienta clave** para **mejorar la atención, la colaboración y la toma de decisiones** en todos los niveles de la organización.

Este programa permite a los participantes **comprender cómo sus emociones impactan** en su liderazgo, su equipo y el entorno de trabajo, ayudándoles a desarrollar **habilidades clave para gestionar el estrés, prevenir imprevistos y fortalecer las relaciones profesionales**.

Es clave para directivos, responsables y equipos en el entorno empresarial, porque:

- ✓ Facilita una toma de decisiones más equilibrada en momentos de alta presión.

- ✓ Refuerza un liderazgo más humano y consciente, basado en la empatía.

- ✓ Impulsa un entorno de trabajo más armónico, seguro y productivo.

Este no es un programa teórico sobre inteligencia emocional. Es una **formación vivencial y aplicada** que **permite integrar herramientas prácticas** para mejorar el bienestar, el liderazgo y la dinámica del equipo.

Objetivos del programa:

- ✓ Convertir la inteligencia emocional en una herramienta clave para un liderazgo consciente y alineado con la cultura de la empresa.

- ✓ Fortalecer la gestión emocional para mejorar la toma de decisiones, la comunicación y la resolución de conflictos en el entorno laboral.

- ✓ Aumentar la capacidad de conexión y confianza en equipos de trabajo, fomentando relaciones más efectivas y colaborativas.

Programa 2.

Contenidos Principales:

Módulo 1: Inteligencia Emocional y la Base de las Competencias Clave

- Introducción a las 4 competencias clave en el entorno empresarial : práctica, psíquica, intelectual y verbal.
- Cómo identificar y entrenar la conciencia corporal y la autogestión emocional para potenciar el liderazgo.

Módulo 2: Competencia Práctica – Expresión y Presencia en el Entorno Laboral

- Impacto del lenguaje corporal y la postura en la toma de decisiones y la comunicación interna.
- Técnicas para proyectar confianza y liderazgo a través del cuerpo y el movimiento.

Módulo 3: Competencia Psíquica – Regulación Emocional y Resiliencia

- Identificación de bloqueos emocionales que afectan la comunicación y el desempeño profesional.
- Estrategias para gestionar el estrés y transformar emociones en recursos de liderazgo.

Desarrollar las competencias emocionales no es solo comprenderlas, sino llevarlas al cuerpo, entrenarlas y aplicarlas en la realidad empresarial para liderar con mayor conciencia, excelencia y equilibrio.



Módulo 4: Competencia Intelectual – Pensamiento, Toma de Decisiones y Creatividad

- Relación entre pensamiento, emoción y lenguaje corporal en la resolución de problemas y la innovación.
- Técnicas para fomentar la flexibilidad mental y la toma de decisiones estratégicas.

Módulo 5: Competencia Verbal – Comunicación Consciente y su Expresión No Verbal

- Entrenamiento en la alineación entre el mensaje verbal y la expresión corporal.
- Desarrollo de habilidades para influir y generar confianza desde la autenticidad .

Módulo 6: Integración Práctica y Aplicación.

- Simulaciones, role-playing y dinámicas para entrenar las competencias clave en escenarios reales.
- Estrategias personalizadas para que cada líder integre y aplique su inteligencia emocional en el día a día.

Programa 2.

Destinatarios:

Este programa está diseñado para cualquier profesional que quiera mejorar su desempeño, comunicación y bienestar en el entorno laboral a través del desarrollo de competencias emocionales aplicadas.

La inteligencia emocional no solo impacta en el liderazgo, sino en cómo nos relacionamos, tomamos decisiones y gestionamos los retos diarios en la empresa.

Para quienes saben que el éxito en el trabajo no sólo depende de conocimientos técnicos, sino de cómo gestionamos nuestras emociones y nos relacionamos con los demás.

Inversión y Financiación:

356€/hora financiable a través de FUNDAE.

Formaciones grupales adaptadas, con opciones personalizadas según el presupuesto y las necesidades de la empresa.

Incluye materiales, certificación y seguimiento post-formación.

Áreas de Formación según el Registro de Empresas: **FCOV - COMPETENCIAS CLAVE**, **IFCM - COMUNICACIONES**, **FCOO - ORIENTACIÓN LABORAL**, **COMM - MARKETING Y RELACIONES PÚBLICAS** y/o **ADGG - GESTIÓN DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**.



Resultados esperados:

- ✓ Mayor inteligencia emocional en la toma de decisiones ante situaciones de presión.
- ✓ Más autoconocimiento y regulación emocional para mejorar la gestión del estrés y la comunicación.
- ✓ Mejor clima laboral y cohesión de equipos, impulsando la colaboración y la confianza.
- ✓ Desarrollo de competencias clave aplicadas, mejorando el desempeño y la comunicación en todos los niveles.

Modalidad y Duración:

Formato recomendado: Programa de 8 a 12 horas presenciales.

Estructura flexible: Puede impartirse en 3 a 5 sesiones de entre 2 y 4 horas cada una.

Ubicación: En las instalaciones de la empresa o en un espacio externo adaptado a las dinámicas de aprendizaje.

COHESIÓN PLANTA - OFICINA

Comunicación Efectiva con LEGO® SERIOUS PLAY®

Programa 3.



Para qué del programa:

Los equipos de alto impacto no solo se construyen con talento individual, sino con la capacidad de comunicarse, alinearse y resolver problemas de manera efectiva. La falta de claridad en la comunicación, la desconexión entre la planta y la oficina o la ausencia de cohesión pueden afectar el rendimiento y la motivación de los equipos.

Este programa combina la metodología LEGO® SERIOUS PLAY® con herramientas de coaching de equipos y comunicación efectiva, permitiendo que los participantes estructuren ideas, eliminen silos interdepartamentales y construyan soluciones en conjunto. A través de experiencias dinámicas, se impulsa un aprendizaje profundo que fortalece la conexión entre las áreas de la empresa y su alineación con los objetivos globales.

Es clave para organizaciones que buscan una comunicación más fluida entre la operativa y la gestión, permitiendo que los equipos trabajen con mayor claridad y coordinación.

A través de este enfoque, se potencian la **creatividad** y la resolución de problemas, facilitando la generación de ideas innovadoras y estrategias bien estructuradas. Además, refuerza la **cohesión del equipo**, generando un **sentido de pertenencia y colaboración**, clave para el compromiso y la motivación en el entorno laboral.

Objetivos del programa:

- ✓ Fortalecer la comunicación efectiva y la escucha activa dentro del equipo, creando un entorno de trabajo más alineado y colaborativo.
- ✓ Desarrollar la inteligencia colectiva y la co-creación de soluciones, impulsando la creatividad y la resolución de problemas en equipo.
- ✓ Fomentar un liderazgo compartido y una cultura de compromiso, donde cada miembro del equipo asuma un rol activo en la mejora del rendimiento y la cohesión grupal.

Programa 3.

Contenidos Principales:

Módulo 1: Espacios de Diálogo y Toma de Decisiones Colaborativa

- Creación de un entorno donde todos los miembros del equipo participan en el proceso de manera equitativa y efectiva.
- Estrategias para generar reuniones honestas y colaborativas, explorando diferentes opciones sin conflictos.
- Herramientas para facilitar una toma de decisiones clara y consensuada, asegurando el compromiso de todo el equipo.

Módulo 2: Construcción de Equipos de Alto Impacto con LEGO® SERIOUS PLAY®

- Uso de los ladrillos como medio de comunicación visual para generar ideas y soluciones concretas.
- Foco en el individuo dentro del equipo para potenciar su impacto en los resultados globales.
- Creación de un marco de referencia compartido que facilite una comunicación rápida y un entendimiento claro.

Módulo 3: Innovación y Resolución de Problemas en Equipos Diversos

- Aprovechamiento de la diversidad de edades y experiencia profesional como ventaja estratégica.
- Desarrollo de metodologías ÁGILES y de TEAMBUILDING para explorar nuevas soluciones y oportunidades.
- Técnicas para producir resultados tangibles a partir de la inteligencia colectiva del equipo.



Módulo 4: Compromiso y Cultura de Alto Rendimiento

- Estrategias para fomentar la responsabilidad individual dentro de un equipo cohesionado.
- Dinámicas para mejorar la confianza y la colaboración.
- Creación de una cultura de trabajo basada en el respeto, la transparencia y el impacto compartido.

Módulo 5: Aplicación Práctica y Transformación en la Empresa

- Laboratorio de experiencias para trasladar lo aprendido a situaciones reales del entorno laboral.
- Diseño de estrategias concretas para implementar cambios inmediatos en la comunicación y la toma de decisiones.

Este contenido está alineado con el enfoque dinámico y experiencial del programa, integrando LEGO® SERIOUS PLAY® y metodologías colaborativas ÁGILES y de TEAMBUILDING para maximizar el impacto.

Programa 3.

Destinatarios:

Este programa está diseñado para equipos y profesionales que buscan mejorar la comunicación, la toma de decisiones y la colaboración, ya sea dentro de su propio departamento, entre áreas interdepartamentales o en espacios de liderazgo compartido.

Para quienes entienden que el éxito de un equipo no depende sólo del talento individual, sino de la capacidad de construir ideas y decisiones en conjunto, con claridad y compromiso.

Inversión y Financiación:

356€/hora financiable a través de FUNDAE.

Formaciones grupales adaptadas, con opciones personalizadas según el presupuesto y las necesidades de la empresa.

Incluye materiales, certificación y seguimiento post-formación.

Áreas de Formación según el Registro de Empresas: FCOV - COMPETENCIAS CLAVE, IFCM - COMUNICACIONES, FCOO - ORIENTACIÓN LABORAL, COMM - MARKETING Y RELACIONES PÚBLICAS y/o ADGG - GESTIÓN DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN.



Resultados esperados:

- ✓ Mayor claridad y efectividad en la toma de decisiones, asegurando el compromiso de todo el equipo.
- ✓ Más cohesión y alineación en el trabajo en equipo, fortaleciendo la colaboración dentro y entre departamentos.
- ✓ Un enfoque estructurado para generar ideas y resolver problemas, facilitando la innovación y la agilidad en el trabajo.
- ✓ Desarrollo de dinámicas de comunicación más fluidas y participativas, optimizando reuniones y procesos internos.

Modalidad y Duración:

Formato recomendado: Programa de 8 a 12 horas presenciales.

Estructura flexible: Puede impartirse en 3 a 5 sesiones de entre 2 y 4 horas cada una.

Ubicación: En las instalaciones de la empresa o en un espacio externo adaptado a las dinámicas de aprendizaje.

TALENT REVOLUTION & RESKILLING

Crecimiento del Potencial Interno

Programa 4.



Para qué del programa:

El crecimiento profesional no ocurre por casualidad, sino cuando las personas tienen la oportunidad de explorar su potencial, desarrollar nuevas competencias y redefinir su contribución dentro de la organización. La falta de claridad en la trayectoria, la resistencia al cambio o la sensación de estancamiento pueden afectar la motivación y la eficiencia laboral.

Este programa proporciona herramientas para la recapacitación (reskilling), la evolución profesional y el fortalecimiento de la autoconfianza, permitiendo que los colaboradores identifiquen sus fortalezas y adapten sus competencias a nuevos roles de mayor responsabilidad.

A través de metodologías experienciales, se fomenta un aprendizaje práctico que impulsa el compromiso, la agilidad y la toma de decisiones estratégicas sobre la propia carrera.

Es una solución clave para empresas en fase de crecimiento o reorganización, asegurando la continuidad del conocimiento y el máximo aprovechamiento del activo humano interno.

Refuerza la conexión entre el propósito individual y la visión corporativa, generando profesionales más versátiles, proactivos y alineados con el desarrollo sostenible de la compañía.

Objetivos del programa:

- ✓ Ayudar a los profesionales a identificar su potencial y desarrollar un plan de crecimiento alineado con sus objetivos y los de la empresa.
- ✓ Potenciar la gestión del talento interno, impulsando la motivación, la productividad y la satisfacción laboral.
- ✓ Brindar herramientas para la reinversión profesional, facilitando la adaptación a nuevos roles y oportunidades dentro de la organización.

Programa 4.

Contenidos Principales:

Módulo 1: Punto de Partida y Autoconocimiento

- Identificación de fortalezas, habilidades y áreas de mejora.
- Análisis del estado actual y definición de objetivos profesionales.

Módulo 2: Creencias y Mentalidad para el Cambio

- Detección de creencias limitantes y potenciadoras en la evolución profesional.
- Estrategias para transformar la mentalidad y fortalecer la confianza en el cambio.

Módulo 3: Propuesta de Valor y Diferenciación

- Definición del valor diferencial como profesional dentro de la empresa.
- Desarrollo de habilidades clave para aportar mayor impacto en la organización.



Módulo 4: Branding Personal y Proyección Profesional

- Construcción de una marca personal sólida y alineada con el crecimiento profesional.
- Estrategias para comunicar y visibilizar el talento.

Módulo 5: Aplicación Práctica y Plan de Acción

- Diseño de un plan de desarrollo profesional realista y alcanzable.
- Acciones concretas para potenciar la evolución de carrera dentro de la organización.

El crecimiento profesional no es sólo avanzar en la carrera, sino descubrir el propio potencial, diferenciarse y generar un impacto real en la organización. Este programa brinda herramientas para gestionar el talento de forma estratégica, impulsando el desarrollo y la proyección profesional con claridad y propósito

Programa 4.

Destinatarios:

Este programa está diseñado para profesionales que desean impulsar su desarrollo de carrera, redefinir su trayectoria o potenciar su talento dentro de la empresa. Está orientado tanto a quienes buscan crecer en su rol actual como a quienes desean explorar nuevas oportunidades dentro de la organización.

Para quienes entienden que el crecimiento profesional no sólo depende de la experiencia, sino de la capacidad de adaptarse, diferenciarse y generar valor, alineando sus fortalezas con las necesidades de la empresa

Inversión y Financiación:

356€/hora financiable a través de FUNDAE.

Formaciones grupales adaptadas, con **opciones personalizadas según el presupuesto** y las necesidades de la empresa.

Incluye materiales, certificación y seguimiento post-formación.

Áreas de Formación según el Registro de Empresas: **FCOV - COMPETENCIAS CLAVE**, **IFCM - COMUNICACIONES**, **FCOO - ORIENTACIÓN LABORAL**, **COMM - MARKETING Y RELACIONES PÚBLICAS** y/o **ADGG - GESTIÓN DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**.



Resultados esperados:

- ✓ Mayor claridad sobre el potencial y las oportunidades de desarrollo profesional dentro de la empresa.
- ✓ Refuerzo de la marca personal y diferenciación, aumentando el impacto y la proyección profesional.
- ✓ Mejor adaptación al cambio y mayor confianza para asumir nuevos retos y responsabilidades.
- ✓ Plan de acción concreto para potenciar el crecimiento y la evolución de carrera.

Modalidad y Duración:

Formato recomendado: Programa de 8 a 12 horas presenciales.

Estructura flexible: Puede impartirse en 3 a 5 sesiones de entre 2 y 4 horas cada una.

Ubicación: En las instalaciones de la empresa o en un espacio externo adaptado a las dinámicas de aprendizaje

DIVULGACIÓN, MEDIOS y CANALES OFICIALES

Comunicación y Liderazgo Consciente



<https://www.youtube.com/@rebecaruedagallego>



INICIO SESIONES FORMACIÓN JÓVENES SÉ TU MÚSICA QUIEN SOY METODOLOGÍA BLOG CONTACTO



<https://www.youtube.com/@rebecaruedagallego>



Intervención MMCC:

Análisis No Verbal

DEPORTES CUATRO 22'

“Comunicación no verbal
de Kylian Mbappé”



Click resumen de:

Ponencia COACHING PROLIVE 23'

“La comunicación no
verbal de tu MARCA
PERSONAL”



Click temático de:

Ponencia COACHING PROLIVE 24'

“La importancia de una
comunicación no verbal
CONSCIENTE”



Conclusiones y Contacto:

El desarrollo profesional, la comunicación efectiva, la inteligencia emocional y el trabajo en equipo son **pilares esenciales para el crecimiento y la sostenibilidad** de cualquier empresa . A través de los programas presentados en este dossier, se ofrece una formación práctica y aplicada que no sólo impulsa el talento individual, sino que fortalece la cohesión, el liderazgo y la capacidad de adaptación en toda la organización.

Cada programa ha sido diseñado para responder a **necesidades clave dentro del entorno empresarial**. Se busca desde potenciar el liderazgo a través de la comunicación no verbal, hasta mejorar la inteligencia emocional en la toma de decisiones, optimizar la dinámica de los equipos con metodologías innovadoras y acompañar a los profesionales en su evolución de carrera. La formación no es sólo una **inversión en habilidades**, sino en el **bienestar**, la **motivación** y el **rendimiento** de los equipos.

Si esta propuesta encaja con la visión de la empresa, estaré encantada de coordinar una reunión para adaptar los programas a sus necesidades específicas y definir juntos la mejor estrategia de implementación.

Espero con ilusión su respuesta y la oportunidad de aportar valor a la organización.
Un cordial saludo,

Rebeca Rueda Gallego



Rebeca
Rueda
Gallego



Comunicación y Liderazgo Consciente

T. +34 **659724480**

hola@rebecaruedagallego.com

www.rebecaruedagallego.com