

**Los cambios son cada vez más rápidos.**

**Como afrontarlos de manera exitosa**



**“La locura es seguir haciendo lo mismo y esperar resultados diferentes”.**

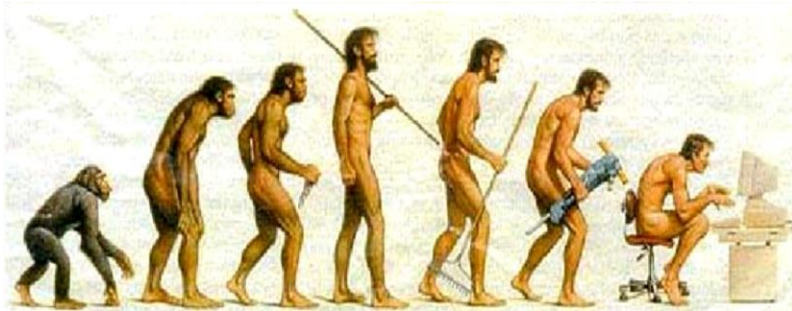
**Albert Einstein**

**Los cambios son cada vez más rápidos.  
Como afrontarlos de manera exitosa**

**“No son los más fuertes o los más inteligentes  
los que sobreviven**

**... sino los que mejor se adaptan a los  
cambios”.**

**Charles Darwin**



- 1. El Cambio hoy: su impacto en las personas y en las organizaciones**
- 2. La Resistencia al Cambio**
  - Los Miedos: (Fracaso, Rechazo...) su gran impacto. Cómo afrontarlos y gestionarlos
  - Cómo suavizar la resistencia al cambio: Cómo lograr el salir de su “zona cómoda”
  - Nuestras Creencias Autolimitadoras. Cómo cambiarlas.
  - La Preparación Psicológica para el Cambio: mejora del Autoconcepto mediante Visualización, Mensajes Positivos.
  - El Cambio de Hábitos: cómo realizarlo
- 3. Ventajas y Beneficios que nos aporta el cambio**
- 4. La gran importancia de la Actitud Positiva**
  - La actitud positiva supone más del 80% de lo que conseguimos en el ámbito personal y profesional.
  - Sus fundamentos y cómo desarrollarla
  - La mente consciente y mente subconsciente: su relevancia

**Los cambios son cada vez más rápidos.  
Como afrontarlos de manera exitosa**

**5. El Proceso del cambio**

- Fases del mismo (Negación, Indignación, Negociación, Análisis, Aceptación...)
- Sus fundamentos y cómo desarrollarla

**6. Ocho etapas para afrontar con éxito el Cambio en los Equipos**

**7. Valores y habilidades para afrontar con éxito el cambio:**

- Compromiso
- Responsabilidad
- Proactividad
- Perseverancia
- Mentalidad Abierta
- Creatividad / innovación
- Resiliencia



**Los cambios son cada vez más rápidos.  
Como afrontarlos de manera exitosa**

**8. Análisis Retos VS Talento**

- Dónde estamos ?
- Qué plan de acción hemos de llevar a cabo?

**9. Síntesis, Conclusiones y Plan de Acción**

- Desarrollo del Plan de Acción de Mejora individual con los temas a aplicar de inmediato a la práctica.
- Colaboración y asesoramiento del Formador – Facilitador



“Pensar en positivo y comenzar a  
visualizar para conseguir el éxito”

Josep Mas

---

# The Art of Newmanagement

Paseo de Gracia, 26  
08007 Barcelona

Tel: 93 317 20 35

Email: [scarrasco@art-newmanagement.com](mailto:scarrasco@art-newmanagement.com)

