

VII EDICIÓN

# DIRECCIÓN EN BIENESTAR ORGANIZACIONAL

Modalidad virtual

16 de septiembre - 17 de diciembre

## PRESENTACIÓN

Fomentar una cultura de bienestar organizacional se presenta como una necesidad innegable en el contexto actual. Reconociendo que la felicidad y el bienestar son esenciales, las empresas buscan estrategias que generen **empleados comprometidos y productivos, clientes leales y resultados sostenibles**.

Es crucial que el bienestar no sea simplemente un adorno temporal utilizado como reclamo o marca. Debe arraigarse en el **ADN de la organización**, gestionado de manera integral y convertido en un programa con la colaboración y concienciación desde la Directiva hasta todos los integrantes y colaboradores de la compañía.

Algunas empresas asignan roles específicos como Director/a o Responsable de Bienestar, *Head of Health and Wellbeing* o *Health and Wellbeing Director*, mientras que otras optan por consultores externos para diseñar estrategias de bienestar. Independientemente del enfoque, priorizar el bienestar de las personas implica una decisión, no solo un proceso o un departamento; por lo tanto, requiere la **participación de todos los niveles de la organización** en un plan estratégico que aborde los pilares fundamentales: liderazgo, comunicación, propósito y valores.

## OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- Tomar conciencia de **qué es el bienestar en el trabajo**, por qué, para qué y cómo empezar a integrarla en las organizaciones.
- Conocer los diferentes **modelos de bienestar**.
- Incorporar conocimientos de la **Psicología Positiva** como parte fundamental en el bienestar. Reflexionar acerca de la importancia de **medir el bienestar organizacional**, adquirir herramientas para el diagnóstico del mismo.
- Saber cómo realizar **Propuestas de Valor al Empleado** óptimas para la consecución de los objetivos deseados.
- Conocer y reconocer las **emociones**, su impacto personal y profesional; así como su influencia en el **bienestar o malestar**.
- Trabajar en el **autoconocimiento** y la **autogestión emocional**.
- Reflexionar sobre el impacto de la **comunicación** en entornos de bienestar.
- Desarrollar las habilidades necesarias para generar **conversaciones poderosas** y aumentar el **CORE** (Confianza, Orgullo y Reconocimiento) en los equipos.
- Adquirir herramientas para la **gestión del cambio** y de la **incertidumbre**.
- Aprender a generar **equipos saludables** de alto rendimiento.
- Trabajar en el autoliderazgo y un **Liderazgo**.
- Saber diseñar e implementar un **Programa de Bienestar Organizacional**.

## ¿QUÉ VAS A OBTENER?

Titulación en *Chief Happiness Officer*

- Titulación Certificada por **TRECE CINCO CONSULTORÍA**, con la colaboración de **EADE** Estudios Universitarios y la Fundación General de la **UNIVERSIDAD DE MÁLAGA**

## ¿QUÉ INCLUYE?

6 MÓDULOS FORMATIVOS PRESENCIALES VIRTUALES

7 MASTERCLASSES PRESENCIALES VIRTUALES

CAMPUS ON LINE FORMACIÓN ASÍNCRONA

CREACIÓN DE PROYECTO EN EMPRESA REAL

## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

CEO's

Directores de Recursos Humanos y Talento

Mentores, *Coaches* y *Consultores*

Responsables Departamento Laboral

Emprendedores

Personas promotoras del bienestar corporativo

## TU ROL EN LA ORGANIZACIÓN

El profesional que realice esta formación se convertirá en **Director de Bienestar Corporativo**, construyendo organizaciones más felices, sostenibles y productivas. Aprenderá las herramientas más innovadoras para implementar un **Plan Integral de Bienestar**, ya sea en la organización a la que pertenezca, o bien como agente externo realizando este tipo de intervenciones en entidades empresariales.

# Beneficios del Bienestar Laboral

- **Mejora de la Productividad:** Según un estudio de la Universidad de Warwick, los empleados felices son un 12% más productivos que sus colegas menos felices.
- **Reducción del Estrés:** Un informe de la American Institute of Stress revela que el estrés laboral cuesta a las empresas estadounidenses alrededor de \$300 mil millones al año en pérdida de productividad.
- **Fidelización de Empleados:** El informe *"Global Talent Trends"* de Mercer muestra que el 78% de los empleados consideran que el bienestar en el trabajo es clave para ello.
- **Reducción del Absentismo:** Según el Instituto de Salud Laboral, las empresas con programas de bienestar experimentan una reducción del 25% en el absentismo.
- **Mejora en la Satisfacción del Empleado:** Gallup informa que el 63% de los empleados que se sienten bien atendidos en el trabajo están comprometidos con su trabajo, en comparación con solo el 11% de aquellos que no lo sienten.
- **Aumento de la Fidelidad del Cliente:** Un estudio de Harvard Business Review encontró una correlación positiva entre la felicidad de los empleados y la satisfacción del cliente.
- **Mejora en la Cultura Organizacional:** Un informe de Deloitte sugiere que las organizaciones que priorizan el bienestar tienden a tener una cultura empresarial más positiva y colaborativa.
- **Mayor Creatividad e Innovación:** Un estudio publicado en el *Journal of Occupational and Environmental Medicine* encontró que el bienestar laboral está asociado con un aumento en la creatividad y la innovación en el trabajo.
- **Atracción de Talento:** Según el informe *"Workplace Well-being: The Role of Company Culture"* de PwC, el 63% de los candidatos considera el bienestar laboral como un factor importante al evaluar ofertas de trabajo.

## TUTORÍA. COORDINACIÓN, APOYO Y SEGUIMIENTO.

- Mentorización
- Conexiones entre alumnos, empresas e Instituciones
- Organización
- Evaluación del Proyecto de Bienestar Organizacional (PBO), realizado durante el curso

## MÓDULO I. INTRODUCCIÓN A LA FELICIDAD EN EL TRABAJO.

16 DE SEPTIEMBRE 17H-21H - 18 DE SEPTIEMBRE 17H-21H

Objetivo: Conocer la felicidad en el trabajo, por qué, para qué y cómo empezar a desarrollarla en las organizaciones.

- Felicidad y trabajo: ¿un binomio de actualidad?
- Fortalezas de carácter: el lado luminoso de las personas
- Emociones positivas y sus enemigos
- Compromiso: cuando el trabajo se convierte en pasión
- El cuerpo como aliado
- Relaciones de alta calidad
- Capital psicológico: optimismo, positividad, autoeficacia y resiliencia
- Propósito: los principios que impulsan nuestros fines



**MARISA NARANJO.** Directora y coordinadora del programa formativo.

Fundadora de Trece Cinco Bienestar Corporativo. Colabora con empresas y empleados para impulsar un cambio positivo en la cultura y en el lugar de trabajo.



**BELÉN VARELA.** Su propósito es el buen trabajo.

Con una larga experiencia directiva, ha dedicado los últimos 15 años a la gestión del optimismo en las organizaciones. Docente universitaria y autora de "La Rebelión de las Moscas" (2012) y "Jobcrafting" (2019).

## MÓDULO II. ¿QUÉ ES EL BIENESTAR ORGANIZACIONAL?. FASES Y HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA DIAGNOSTICAR E IMPLEMENTAR EL BIENESTAR SOBRE EL TERRENO.

30 DE SEPTIEMBRE 17H-20H - 1 DE OCTUBRE 17H-20H

Objetivo: Conocer y experimentar herramientas y recursos prácticos aplicables a la promoción y la mejora del bienestar en el ámbito organizacional.

- Aterrizando y dando sentido a los resultados del diagnóstico realizado
- Tipología de herramientas y recursos al servicio del bienestar corporativo
- Criterios a tener en cuenta en la elección de herramientas y recursos



**MARISA NARANJO.** Fundadora de Trece Cinco Bienestar Corporativo. Colabora con empresas y empleados para impulsar un cambio positivo en la cultura y en el lugar de trabajo.

## MÓDULO III. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.

14 DE OCTUBRE 17H-20H - 15 DE OCTUBRE DE 17H-20H

Objetivo: Explorar y comprender las emociones, evaluando su repercusión a nivel individual y profesional. Experimentar herramientas y dinámicas para resolver conflictos y mejorar la relación intrapersonal e interpersonal.

- Introducción. Definición y utilidad de las emociones
- Identificación de pautas emocionales
- Discernimiento de patrones emocionales en las interacciones individuales y grupales
- Exploración de las emociones en entornos organizacionales



**CHELO PINEDA.** Dra. Psicología e Inteligencia Emocional, Fisioterapeuta y Profesora Universidad de Málaga. Directora de Departamento de Fisioterapia Universidad de Málaga. Psicóloga en el COE (Comité Olímpico Español) y en centros de alto rendimiento con deportistas de élite. Docencia e innovación en tecnología, salud y dolor.

## MÓDULO IV. COMUNICACIÓN.

28 DE OCTUBRE 17H-20H - 29 DE OCTUBRE 17H-20H - 30 DE OCTUBRE DE 17H-20H

**SESIÓN I. ENEAGRAMAS.** Objetivo: Capacitar a los participantes en la comprensión de su estilo de comunicación a través del Eneagrama, centrándonos en la identificación de su tipo predominante y explorando estrategias para mejorar las relaciones interpersonales.

- Introducción: Presentación del Eneagrama y su aplicación en la comunicación
- Exploración de los Tres Cerebros: cabeza-corazón-cuerpo
- Identificación del Tipo Predominante: Reflexión personal
- Profundización en los Eneatipos: Examinar detalladamente cada eneatipo
- El liderazgo Hygge como metodología para asegurar el bienestar

**SESIÓN II.** Objetivo: Alcanzar una comprensión profunda incluso en los encuentros más desafiantes.

- Analizar el efecto del perfil relacional personal según el Modelo Bridge, destacando especialmente el modo de comunicación
- Identificar fortalezas y talón de Aquiles
- Explorar los diferentes perfiles
- Desarrollar habilidades para ajustarse a los diversos perfiles relacionales, promoviendo un liderazgo sostenible y motivador.
- Evaluar el impacto de los perfiles Bridge en la dinámica de los equipos

**SESIÓN III.** Objetivo: Mejorar el ambiente laboral y el rendimiento del equipo mediante una comunicación más efectiva, lo que fomenta el desarrollo personal y profesional al establecer relaciones productivas y resolver conflictos con empatía y habilidades avanzadas de comunicación.

- Autoconocimiento como fortaleza para facilitar el entorno
- Asertividad, resiliencia y empatía como base de confianza
- Feedback como herramienta clave en la mejora continua
- Gestión del cambio y transformación



**ORIOI CABANE.** Especialista en Desarrollo de talento y Bienestar Empresarial



**USOA ARREGUI.** *Team and executive coach,* PCC por ICF



**GEMA CAMPOS.** Psicóloga, Coach PCC Ejecutivo y Sistémico.

## MÓDULO V. LIDERAZGO PARA LA FELICIDAD Y EQUIPOS SALUDABLES DE ALTO RENDIMIENTO.

11 DE NOVIEMBRE 17H-20H - 12 DE NOVIEMBRE 17H-20H

Objetivo: Trabajar las principales dimensiones de los equipos para desarrollar un alto desempeño, resultado de una perfecta combinación entre las fortalezas de la positividad y la productividad.

- Dimensiones clave de los equipos de alto rendimiento. El papel esencial del bienestar y la felicidad en su desarrollo
- El rol del líder en la evolución de un equipo. Necesidades a satisfacer según las fases de Tuckman
- Estrategias y técnicas para que un equipo supere las disfunciones habituales según Lencioni y que evolucione de manera saludable hacia la excelencia

## MÓDULO VI. PRESENTACIÓN DE PROYECTOS Y DINÁMICA DE COACHING GRUPAL.

16 DE DICIEMBRE 16H-21H - 17 DE DICIEMBRE 16H-21H

Presentación de los proyectos realizados por cada equipo de trabajo.



**CARLOS JORDANA.** Licenciado en Derecho. *Executive Coach* y facilitador de Dinámicas de Alto Impacto. Con su proyecto de consultoría *The Chief Happiness Officer*, ayuda a las organizaciones a ser más exitosas, promoviendo la felicidad y el bienestar.

**MASTERCLASS I. INSTAURANDO LA CULTURA DE BIENESTAR EN UNA GRAN EMPRESA.**

23 DE SEPTIEMBRE

**BELÉN VISCASILLAS.** *Head of Health and Wellbeing en Ferrovial*



**MASTERCLASS II. KPI'S COMO PUNTOS DE PARTIDA EN IMPLEMENTACIÓN DE BIENESTAR.**

7 DE OCTUBRE

**SERGIO CANELO.** Co-fundador *Happyforce*



**MASTERCLASS III. CASO DE ÉXITO EN PROCESO DE TRANSFORMACIÓN CULTURAL.**

21 DE OCTUBRE

**SOFÍA RODRIGO.** CEO y fundadora de *Your Growth Talent Partner*



**MASTERCLASS IV. INSTAURANDO LA CULTURA DE BIENESTAR EN UNA GRAN EMPRESA.**

4 DE NOVIEMBRE

**MARA PORRAS.** *Health and Wellbeing Director en Sanitas*



**MASTERCLASS V. DEPORTE Y BIENESTAR.**  
18 DE NOVIEMBRE

**BERNI RODRÍGUEZ.** Presidente **Proyecto 675** y socio fundador **EWO Sports Group**.  
Ex-jugador profesional de baloncesto



**MASTERCLASS VI. EXPERIENCIA EMPLEADO.**  
25 DE NOVIEMBRE

**BELÉN GONZÁLEZ.** WOW manager. Experience Designer. Humanización de proyectos. Diseño centrado en las personas. Human Centric. Fundadora **BEEEX**



**MASTERCLASS VII. INSTAURANDO LA CULTURA DE BIENESTAR EN UNA GRAN EMPRESA.**  
2 DE DICIEMBRE

**CRISTINA DOSIL.** Responsable de Seguridad, Salud y Bienestar en **Hijos de Rivera, S.A.U** (ESTRELLA GALICIA)



## INSCRIPCIONES

- Valor económico: 1.900 euros
- 15% descuento en las inscripciones anteriores al 20 de agosto. Precio final 1.615 euros.
- 20% descuento en empresas con más de 1 participante. Precio final 1.520 euros por participante.
- Fecha de servicio: 16 de septiembre al 17 de diciembre de 2025.
- Bonificable por FUNDAE por participante de cada empresa: 1.315 euros.



Correo electrónico

[trececincobc@gmail.com](mailto:trececincobc@gmail.com)



Teléfono/ whatsapp

611 144 232

\* posibilidad de hacer algún cambio durante el transcurso del programa por causas ajenas a la organización



\*Organizaciones que han realizado la formación

Con la colaboración de



"SÉ EL CAMBIO QUE QUIERES VER  
EN ELMUNDO"

Mahatma Gandhi