

# ¿POR QUÉ HACER ESTE TALLER?

- ¿Vas estresado más de un día a la semana?
- ¿Acabas de trabajar a la hora que te propusiste?
- ¿Sientes que tu jornada es provechosa?
- ¿Encuentras espacio de agenda para lo importante?

"No es que nos falte tiempo, sino que queremos poner demasiadas cosas en el tiempo que tenemos. No es que nos queden cada día cosas por hacer al final del día, sino que las que hemos hecho no nos llenan."



## OBJETIVOS

1. Convencerte que el activismo y la aceleración es un engaño del que hay que liberarse.
2. Hacerte un Diagnóstico Personal de estrés.
3. Aprender y Practicar herramientas básicas de Slow Management
4. Incorporar hábitos de pacificación en tu trabajo y tu equipo.
5. Obtener un libro y material complementario.



## METODOLOGIA

1. El programa empieza con un material y un trabajo previo de auto-reflexión.
  2. En la sesión se definen compromisos de acción.
  3. Al acabar tienes derecho a entrevista personal de revisión con Gabriel Ginebra.
- Se utilizan gran variedad de recursos: películas, cuestionarios, dinámicas, check list, documentos, debates, TED talks, libros y poemas. Prácticas entre sesiones.



# CONTENIDOS QUE TRABAJAREMOS

1) **SLOW DOWN** for yellow lights. Diagnóstico. Fundamentos. La actividad Lenta. Deep Work.

2) Pacificar la **AGENDA**: Holguras, Ritmos y Patrones. Esponjar. Operación Bikini. Trabajar tan mal como se pueda. Insolencia Comunicativa: aprender a decir “No”

3) Pacificar equipo: Una visión alternativa del Rol Directivo. Delegación Temeraria. Espacios Vermeer (II).

4) Pacificar un **MISMO**: Síndrome del Sacrificio. Hábitos del gestor Slow. Recursos para el camino.

## HERRAMIENTAS DEL LIDERAZGO PACÍFICO

1. Parar, Irse de Retiro
2. Esponjar Agenda
3. Insolencia Comunicativa (Sabina)
4. Delegación Temeraria
5. Operación Bikini
6. Crear espacios Vermeer
7. Detox Digital

## DE LA MANO DE LOS MEJORES MAESTROS

Pablo D´Ors, Carl Honoré, Kimi Werner, Steve Covey, Joaquín Sabina, Marco Aurelio, Baltasar Gracián, Séneca, Aristóteles, Amy Edmondson, Daniel Goleman, Paul Auster, Cal Newport, John Kabat-Zinn, Mazoni, Barack Obama, Carles Reixach, Brene Brown, Juan Ramon Jiménez, Mago More, Walter Riso, Raimon Panikkar, Johanness Vermeer, etc.



# GABRIEL GINEBRA

Creador del #ManagingIncompetence que ha sacudido el pensamiento de gestión, con propuestas como Trabajar lo Peor Posible, Dirigir sin decimales o Delegar Temerariamente.

PhD en Organización Empresas y MBA por el IESE. Inició su actividad como profesor del IESE, y la continuó en otras escuelas de negocios y Universidades de Europa y América (IPADE).

Ha dirigido proyectos de consultoría y formación in company para empresas de todos los sectores y tamaños como CAIXABANK, FERRER INTERNACIONAL, SANTANDER, ABERTIS, PMM, ERNST&YOUNG, NATURGAS, NH HOTELES, AZKOYEN, HOSPITAL CLÍNIC, NOVARTIS, SEAT-VW...



## ¿DÓNDE Y CUÁNDO? (3 OPCIONES)

- **PRESENCIAL:** BARCELONA, HOTEL ATIRAM TRES TORRES. 17 MAYO. 9.30-17.30 - 320 €
- **ON LINE:** 3 SESIONES DE 2 H 16:00-18.30 (HORA BARCELONA) 7,14 Y 21 MAYO- 120 €
- **COACHING/MENTORING** 4 SESIONES DE 1,5 H - 450 €

## INVERSIÓN

LA INVERSIÓN DEL TALLER DA DERECHO A:

- ✓ LIBRO FIRMADO POR EL AUTOR
- ✓ COMIDAS EN EL PRESENCIAL, (EN EL ON LINE LO ESTAMOS ESTUDIANDO)
- ✓ MATERIALES, ACCESO A GOOGLE DRIVE CON VIDEOS, TEXTOS, SESIONES GRABADAS...
- ✓ CONSULTAS Y COMENTARIO PERSONAL DE EXPERIENCIAS ENTRE SESIÓN Y SESIÓN
- ✓ ENTRAR FORMAR PARTE AL SLOW MANAGEMENT ACADEMY
- ✓ SESIÓN PERSONAL SEGUIMIENTO (COACHING) A 15 DÍAS DE FINALIZACIÓN (OPCIONAL)

PARA REGISTRARTE

[HTTPS://MANAGINGINCOMPETENCE.COM/REGISTRO-FORMULARIO/](https://managingincompetence.com/registro-formulario/)

**BONIFICABLE POR FUNDACIÓN TRIPARTITA (FUNDAE)**