

# SINERGIA Y LIDERAZGO

El camino hacia una mentalidad resiliente  
y poderosa en el entorno empresarial

18, 20, 25 y 27 noviembre  
2 y 4 Diciembre 2025



Más información  
[eventos@cecacier.org](mailto:eventos@cecacier.org)



Contáctanos  
**+506 72438599**

**Fechas:** 18, 20, 25 y 27 de noviembre - 2 y 4 de diciembre 2025

**Días:** martes y jueves

**Horario:** 8h00 a 12h00 (hora Centroamérica).

**Horas Académicas:** 24 horas

**Modalidad:** Virtual

**Plataforma:** ZOOM

**CUPO MÍNIMO:** 15 personas

## OBJETIVO GENERAL

Desarrollar en los líderes empresariales y equipos inscritos las competencias de autoliderazgo, cohesión estratégica y resiliencia emocional necesarias para incrementar la efectividad colectiva y reducir el desgaste organizacional en un plazo de un mes posterior a la formación.

El ecosistema Sinergia y liderazgo: el camino hacia una mentalidad resiliente y poderosa en el entorno empresarial consta de 3 Módulos formativos que se complementan para incrementar los niveles de autoeficacia, liderazgo interpersonal y consciencia empresarial.

Este entrenamiento es una experiencia de aprendizaje que brinda a los participantes herramientas prácticas para optimizar su bienestar personal y profesional. El objetivo es fomentar ambientes de trabajo más colaborativos, saludables y resilientes, donde el liderazgo efectivo impulse tanto el éxito personal como organizacional.

## FORMATO DE LA EXPERIENCIA

El proceso de intervención se ejecuta bajo una metodología 100 % participativa, diseñada para adultos con tiempo limitado y alta exigencia operativa. Se aplican dinámicas de alto impacto, análisis guiado y activación emocional, lo cual favorece la transferencia efectiva de aprendizajes al contexto laboral.

Durante la experiencia formativa, estaremos aplicando instrumentos de diagnóstico, cuyo propósito es incrementar los niveles de autoeficacia, liderazgo interpersonal y consciencia empresarial, para que la experiencia formativa permita a las personas participantes identificar su situación actual y lograr definir un crecimiento de su nivel a uno deseado.

## PÚBLICO META

- Altos ejecutivos, mandos medios y líderes de equipo del sector eléctrico regional.
- Profesionales en áreas de gestión del talento humano, innovación y estrategia.
- Colaboradores que busquen fortalecer sus habilidades de liderazgo personal y colectivo.

## ¿POR QUÉ PARTICIPAR?

- 70 % de las transformaciones organizacionales fracasan por falta de liderazgo, coherencia y compromiso cultural (McKinsey).
- Este ecosistema formativo está diseñado para cerrar esa brecha, brindando herramientas prácticas y resultados medibles en corto y mediano plazo.
- Los participantes obtendrán:
  - Mayor claridad y confianza en la toma de decisiones.
  - Reducción de tensiones y desgaste emocional.
  - Cohesión y sinergia real entre equipos.
  - Herramientas de neuroliderazgo y coaching aplicadas al día a día.

## METODOLOGÍA

Con el objetivo de generar resultados tangibles en el corto plazo y fomentar cambios sostenibles en el mediano plazo, esta propuesta se fundamenta en una arquitectura metodológica integral, alineada con estándares internacionales de aprendizaje organizacional y efectividad interpersonal.

El diseño de la experiencia combina tres marcos de referencia complementarios:

1. **Aprendizaje activo en adultos**, para maximizar la aplicabilidad inmediata del contenido en contextos reales de trabajo.
2. **Psicología organizacional** para comprender y optimizar las dinámicas de comportamiento individual y colectivo dentro de la organización, alineando motivaciones, valores y competencias con los objetivos estratégicos, y fomentando un clima laboral que potencie la productividad y el bienestar sostenible.
3. **Neurociencias y psicología cognitiva aplicadas**, para facilitar procesos de reflexión crítica, identificación de sesgos y resignificación de patrones mentales y reforzar la conexión entre emoción, comportamiento y toma de decisiones en entornos de alta demanda y estrés.

Esta integración metodológica permite la transmisión de conocimiento, la transformación de hábitos y facilita el desarrollo de relaciones intra e interpersonales más conscientes, colaborativas y efectivas.

## CONTENIDO

### MODULO 1. GROWTH MINDSET

Experiencia intensiva diseñada para líderes y profesionales que operan en entornos de alta presión, donde las decisiones rápidas y el autocontrol son determinantes para el éxito. A través de nuestro enfoque integrado — programación mental, inteligencia emocional aplicada, mindfulness estratégico y liderazgo personal consciente— transformamos la capacidad de autoliderarse, regularse y sostener equipos en contextos críticos.

**Objetivo:** optimizar la claridad en la toma de decisiones, aumentar la influencia positiva sobre los equipos y fortalecer la resiliencia directiva, generando un impacto directo en productividad, retención de talento y reducción del desgaste organizacional.

#### Contenidos (\*):

##### Fundamentos del Growth Mindset en entornos corporativos de alta presión

- Diferencia entre *mentalidad fija* y *mentalidad de crecimiento*.
- Cómo la mentalidad impacta la toma de decisiones, la innovación y la resiliencia.
- Casos reales de aplicación en empresas de alto rendimiento.

##### Autoevaluación de autoeficacia y patrones mentales (*diagnóstico inicial*)

- Herramientas de autodiagnóstico (cuestionario validado de autoeficacia).
- Identificación de creencias limitantes y sesgos que afectan la gestión de presión.
- Línea base de indicadores para medir progreso post-módulo.

##### Reprogramación mental para alta productividad y claridad directiva

- Técnicas de visualización y reescritura de patrones ejecutivos.
- Ejercicios de reformulación cognitiva para decisiones rápidas y efectivas.
- Anclajes mentales para mantener foco en objetivos estratégicos.

##### Inteligencia emocional aplicada a la presión operativa

- Reconocimiento y regulación de emociones bajo estrés.
- Lectura emocional de equipos para anticipar tensiones.
- Comunicación asertiva en situaciones críticas.

##### Mindfulness estratégico y gestión de energía

- Prácticas breves y efectivas de atención plena para entornos corporativos.
- Técnicas de recuperación energética.
- Biohacks corporativos para sostener niveles de energía y claridad mental.

## Liderazgo personal en entornos críticos

- Modelos de autoliderazgo para mantener coherencia bajo presión.
- Cómo influir en el equipo desde la estabilidad emocional.
- Delegación estratégica y priorización inteligente.

## Cohesión y engagement de equipos

- Dinámicas de alineación de propósito y objetivos compartidos.
- Estrategias para fortalecer la confianza y colaboración transversal.
- Uso de feedback constructivo como herramienta de cohesión.

## Prevención y reducción del desgaste emocional

- Identificación temprana de señales de burnout.
- Técnicas de regulación del sistema nervioso (respiración, pausas activas).
- Estrategias de desconexión saludable sin perder el ritmo operativo.

## Diseño de prácticas sostenibles de bienestar y rendimiento

- Plan personal de hábitos de alto impacto (físicos, mentales y relacionales).
- Integración del bienestar al calendario operativo y reuniones.
- Indicadores de seguimiento para sostener resultados a 90 días.

## Plan de acción y métricas post-módulo

- Compromisos individuales y de equipo.
- Herramientas de seguimiento para RRHH y líderes.
- Revisión de KPIs: autoeficacia, cohesión, engagement y niveles de desgaste.

*(\*) Nota: Estos contenidos temáticos pueden ajustarse según las necesidades específicas identificadas a través de un prediagnóstico que será aplicado.*

## Resultados esperados:

- Mejora del liderazgo personal y claridad en el rol
- Mayor estabilidad emocional y autoconfianza
- Recuperación de la energía directiva y reducción del desgaste
- Claves para vivir y liderar desde un estado de plenitud estratégica

## MODULO 2. SINERGIA EMPRESARIAL

La inteligencia sistémica es la capacidad de comprender cómo interactúan las personas, emociones y procesos dentro de un equipo y organización. En toda empresa opera un sistema invisible de energía que influye en la toma de decisiones, las relaciones, los resultados y la cultura.

Este programa formativo permite a los participantes observar, comprender y transformar esa energía, tanto a nivel personal como colectivo para potenciar el desempeño organizacional.

### Objetivo:

Elevar la inteligencia energética, relacional y estratégica de líderes y equipos para mejorar su cohesión, madurez operativa y efectividad colectiva.

### Contenidos (\*):

#### Inteligencia Sistémica para Equipos de Alto Impacto

- Principios clave para operar como un sistema de alto impacto.
- Cómo la inteligencia sistémica se traduce en cohesión y resultados.
- Casos reales y buenas prácticas de empresas de alto rendimiento.

#### Consciencia Energética Organizacional

- Concepto de energía colectiva y su impacto en el rendimiento.
- Aplicación práctica: lectura energética de equipos y líderes.
- Herramientas para medir y gestionar la energía organizacional.

#### Análisis de Sistemas Organizacionales y Comportamiento Sistémico

- Mapeo de interdependencias y dinámicas de poder.
- Identificación de patrones invisibles que afectan decisiones y productividad.
- Lectura de interacciones y sus implicaciones estratégicas.

#### Liderazgo Relacional para dinámicas de poder y equipos

- Desarrollo de habilidades para liderar en entornos complejos.
- Estrategias para aumentar confianza y colaboración interáreas.
- Comunicación relacional como herramienta de cohesión.

#### Madurez Organizacional para la autogestión y la resiliencia

- Cómo pasar de dependencia jerárquica a autogestión.
- Claridad de roles y accountability compartida.

- Madurez operativa como ventaja competitiva.

## **Innovación Sinérgica como estrategia colectiva**

- Co-creación para resolver problemas complejos.
- Activar inteligencia colectiva para acelerar ejecución.
- Vincular innovación a propósito y métricas estratégicas.

## **Estrategias para reducir el desgaste emocional y aumentar cohesión**

- Métodos para anticipar y prevenir burnout.
- Prácticas colectivas para sostener alto desempeño.
- Integración de indicadores de bienestar en el sistema de gestión.

## **Plan de acción y métricas de impacto**

- Establecimiento de KPIs: confianza, colaboración, tiempo de resolución, productividad y clima laboral.
- Seguimiento a 30, 60 y 90 días.
- Ajustes y sostenibilidad del cambio.

*(\*) Nota: Estos contenidos temáticos pueden ajustarse según las necesidades específicas identificadas a través de un prediagnóstico que será aplicado.*

## **Resultados esperados:**

- Elevar la inteligencia energética, relacional y estratégica de líderes y equipos para mejorar su cohesión, madurez operativa y efectividad colectiva.
- Lectura precisa del sistema energético de equipos y líderes
- Reducción de tensiones invisibles que drenan la productividad
- Mejora de la comunicación entre áreas, equipos y liderazgos
- Activación de sinergia real con base en consciencia, propósito colectivo, responsabilidad compartida

## MODULO 3. LIDER NEURO COACH

Programa intensivo que desarrolla líderes capaces de influir estratégicamente en personas y equipos desde un entendimiento profundo del comportamiento humano. Integrando neurociencia aplicada, gestión sistémica de equipos y herramientas de coaching ejecutivo, este programa convierte a líderes funcionales en agentes de cambio capaces de desbloquear la acción, activar el potencial colectivo y sostener la transformación organizacional.

### Objetivo:

Potenciar líderes que generen entornos de alto compromiso, tomen decisiones con claridad bajo presión y promuevan culturas de responsabilidad compartida, impactando directamente en la productividad, el compromiso y la retención de talento clave.

### Contenidos (\*):

#### Principios Fundamentales del Neuroliderazgo

- Binomio cerebro–comportamiento humano y su impacto en decisiones estratégicas.
- Comunicación efectiva como herramienta de influencia.
- Empatía y flexibilidad cognitiva para adaptarse a contextos cambiantes.
- Liderazgo funcional en entornos de alta presión operativa.

#### Lectura Sistémica y Dinámicas de Equipo

- Personalidades y estilos de trabajo en la construcción de equipos.
- Diagnóstico de nivel de madurez para formar equipos de alto rendimiento.
- Reingeniería y mejora de procesos para eliminar fricciones operativas.
- Gestión de cambio y manejo efectivo de conflictos.
- Feedback como palanca de desarrollo y cohesión.

#### El Arte de Hacer Preguntas y Neurocoaching Aplicado

- Cómo guiar sin controlar y desbloquear sin imponer.
- Uso del método socrático para obtener información profunda y estratégica.
- Preguntas de alto impacto para activar pensamiento crítico y compromiso.

#### Inteligencia Emocional Avanzada y Autogestión Directiva

- Regulación emocional para mantener claridad y presencia bajo presión.
- Estrategias para modelar resiliencia y confianza en el equipo.
- Neuroplasticidad aplicada al cambio de hábitos de liderazgo.

## Construcción de Culturas de Alto Rendimiento

- Alineación de propósito, valores y comportamientos organizacionales.
- Creación de acuerdos operativos que sostienen responsabilidad compartida.
- Medición y seguimiento de métricas culturales.

## Plan de Acción y Seguimiento Post-Programa

- Definición de objetivos de liderazgo alineados a la estrategia de negocio.
- Integración de herramientas de neuroliderazgo y coaching en la gestión diaria.
- Plan de medición a 30, 60 y 90 días para evaluar impacto.

## Resultados esperados:

- Evaluaciones y devolución para consolidar un liderazgo que impulsa desde el propósito, el compromiso y la dirección
- Análisis del nivel de madurez de los equipos, y de la cultura para crear relaciones entre equipos maduros, conectados y colaborativos
- Proceso de autodiagnóstico para generar reflexión profunda
- Uso de preguntas estratégicas al servicio del liderazgo

*(\*) Nota: Estos contenidos temáticos pueden ajustarse según las necesidades específicas identificadas a través de un prediagnóstico que será aplicado.*

INSTRUCTORA



## ACERCA DE MI

-De profesión... psicóloga, administradora de RRHH, MBA en dirección estratégica, life coach, bussinnes coach y team coach certificada internacional.

-De corazón... mamá de 2 bendiciones, esposa, amiga, amante del desarrollo humano y fiel creyente del potencial que existe en ti.

-Mi misión de vida es ser feliz e impulsar a las personas a elevar su potencial humano para que puedan vivir plena y felizmente.

-Mis valores personales son la excelencia, el compromiso y el amor.

## VERÓNICA VALVERDE J.

ESPECIALISTA EN  
DESARROLLO HUMANO Y ORGANIZACIONAL

### EXPERIENCIA PROFESIONAL

COACH PERSONAL, EJECUTIVA Y DE EQUIPOS.

ESPECIALISTA EN MOTIVACION Y LIDERAZGO.

CONSULTORA EN ESTRATEGIA ORGANIZACIONAL.

ASESORA EN TEMAS DE RECURSOS HUMANOS.

CO AUTORA DE METODOLOGIAS PARA EL ANALISIS Y VALORACION DE RIESGOS PSICOSOCIALES, EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO Y GESTION POR COMPETENCIAS.

### SERVICIOS

TALLERES PRESENCIALES PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS EN LIDERES.

ENTRENAMIENTOS VIRTUALES EN LIDERAZGO ESTRATEGICO, LIDERAZGO DEL SER, Y REPROGRAMACION MENTAL DEL EXITO.

IMPLEMENTACION DEL MODELO DE COACHING DE NEGOCIOS ESTRATEGICO EN ORGANIZACIONES.

ASESORIA EN EL DISEÑO DE METODOLOGIAS PARA EL DESARROLLO DE PROCESOS DE RECURSOS HUMANOS.

SPEKEAR MOTIVACIONAL.

## TARIFAS DE INSCRIPCIÓN

### Pronto pago

(Antes 18 de octubre de 2025)

Miembros CECACIER	USD\$ 250,00
Miembros CECACIER (C.R.)	USD\$ 255,00
No Miembros	USD\$ 450,00
Comités CIER	USD\$ 350,00

### Regular

(Después del 18 de octubre de 2025)

Miembros CECACIER	USD\$ 350,00
Miembros CECACIER (C.R.)	USD\$ 357,00
No Miembros	USD\$ 550,00
Comités CIER	USD\$ 450,00

### Incluye:

- Certificado de participación.
- Material en digital

### Beneficios para los participantes

- Diagnóstico inicial y plan de acción personalizado.
- Materiales de trabajo prácticos y aplicables al entorno empresarial.
- Experiencia participativa y transformadora con base en neurociencia, psicología organizacional y coaching ejecutivo.
- Acompañamiento para medir avances a 30, 60 y 90 días después de la formación.

### FORMAS DE PAGO

- Transferencia internacional para extranjeros.
- Transferencia para nacionales de Costa Rica.

### INSCRIPCIONES - [CLIC ACÁ](#)



Más información  
[eventos@cecacier.org](mailto:eventos@cecacier.org)



Contáctanos  
**+506 72438599**