

**I S S O ' K**

**INSTITUTE**

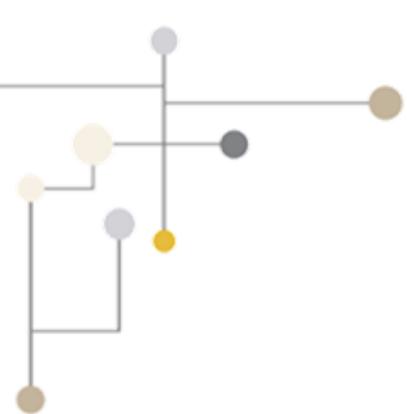


Modelo

**I S S O 'K**

## UN PLANTEAMIENTO PROVOCADOR HACIA EL 2030

- Provoca la transformación de **valores en hábitos**.
- Provoca un **cambio de consciencia** para una nueva era.
- Provoca un **aprendizaje** vital, naturalizando el conocimiento mediante la **práctica**.
- Provoca un crecimiento personal y social en **diferentes ámbitos**: empresa, educación y familia.



## DESAFÍOS

**I S S O 'K**

Comunicar desde el Respeto

Gestionar los Conflictos

Redefinir el Error

Generar Confianza

Gestionar Inseguridades personales

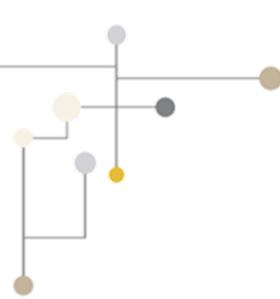
Aumentar la creatividad y productividad

Automotivar

Crear un entorno seguro y armónico

# ¿DÓNDE ESTAMOS?





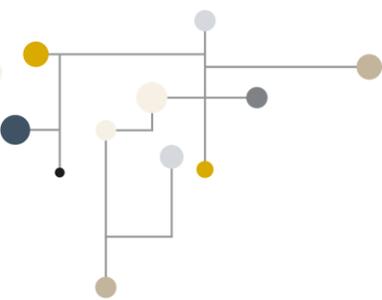
# BASES DEL MODELO

## Neurociencia:

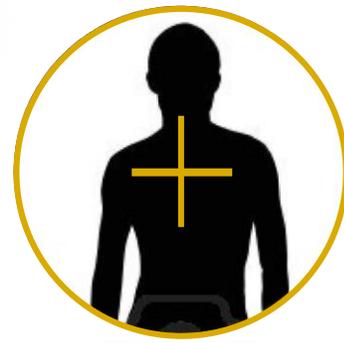
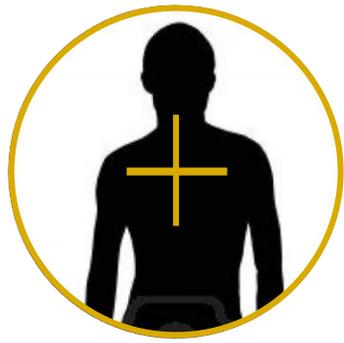
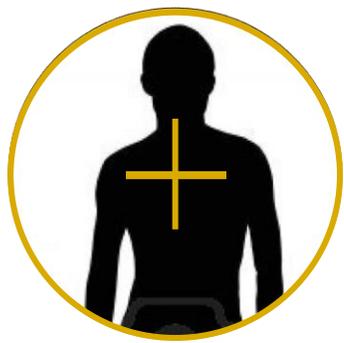
- Teoría polivagal
- Sistema Nervioso Autónomo
- Neuroplasticidad
- Coherencia Cardíaca
- Mirada Apreciativa
- Recarga de la Energía Vital

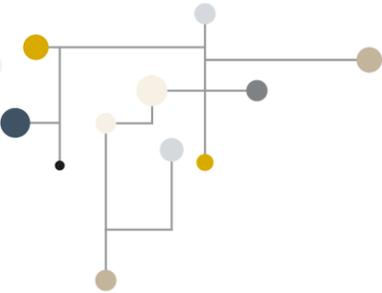
## Psicología Positiva:

- Resiliencia
- Escuela de Cultura de Paz
- Principio de Organicidad



Nuestro  
**SISTEMA**  
**NERVIOSO**  
**AUTÓNOMO**





Huida

Nuestro  
**SISTEMA**  
**NERVIOSO**  
**AUTÓNOMO**



Bloqueo



Ataque

# MIRADA APRECIATIVA



¿Qué vemos aquí?

¿Qué vamos a mirar intencionadamente?

¿Cómo vamos a mirarlo?

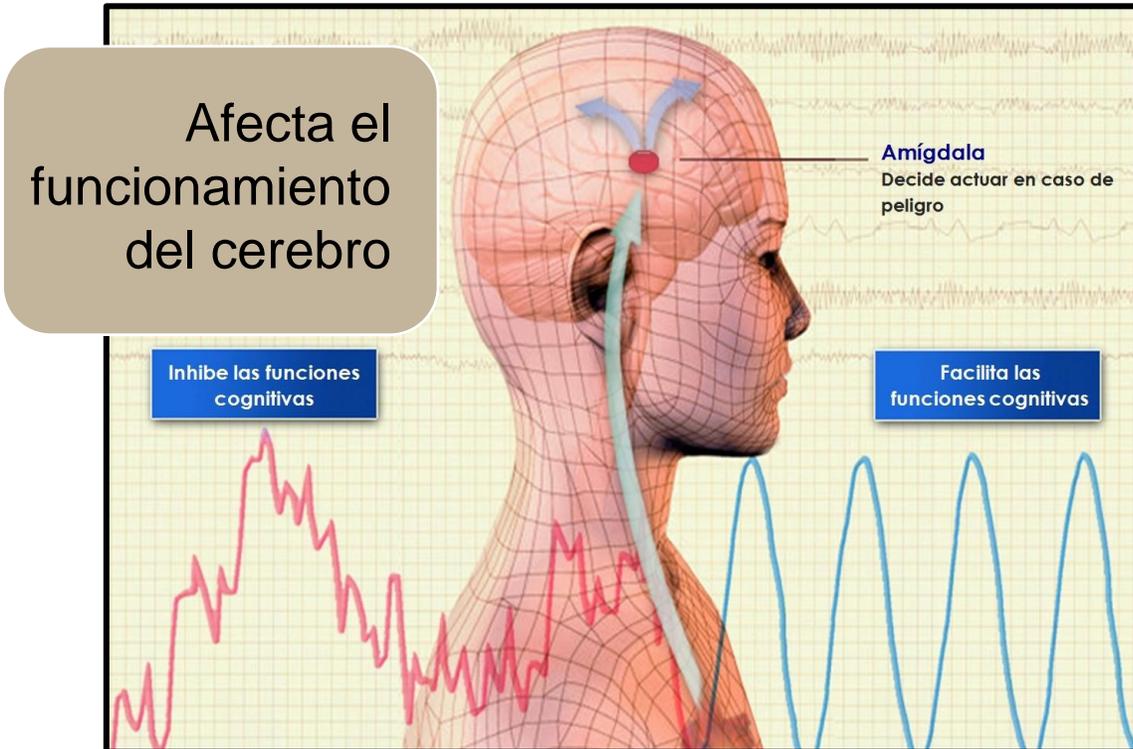
# COHERENCIA CARDÍACA



## Alta Eficiencia Psicológica

- claridad mental
- toma de decisiones
- mayor calma
- mejoras claras del rendimiento cognitivo y productivo

# COHERENCIA CARDÍACA



Modos de funcionamiento cerebral:

- **Supervivencia**
- **Creación**

# COHERENCIA CARDÍACA



## Sentido del Humor

25% más de retención de información

# COHERENCIA CARDÍACA



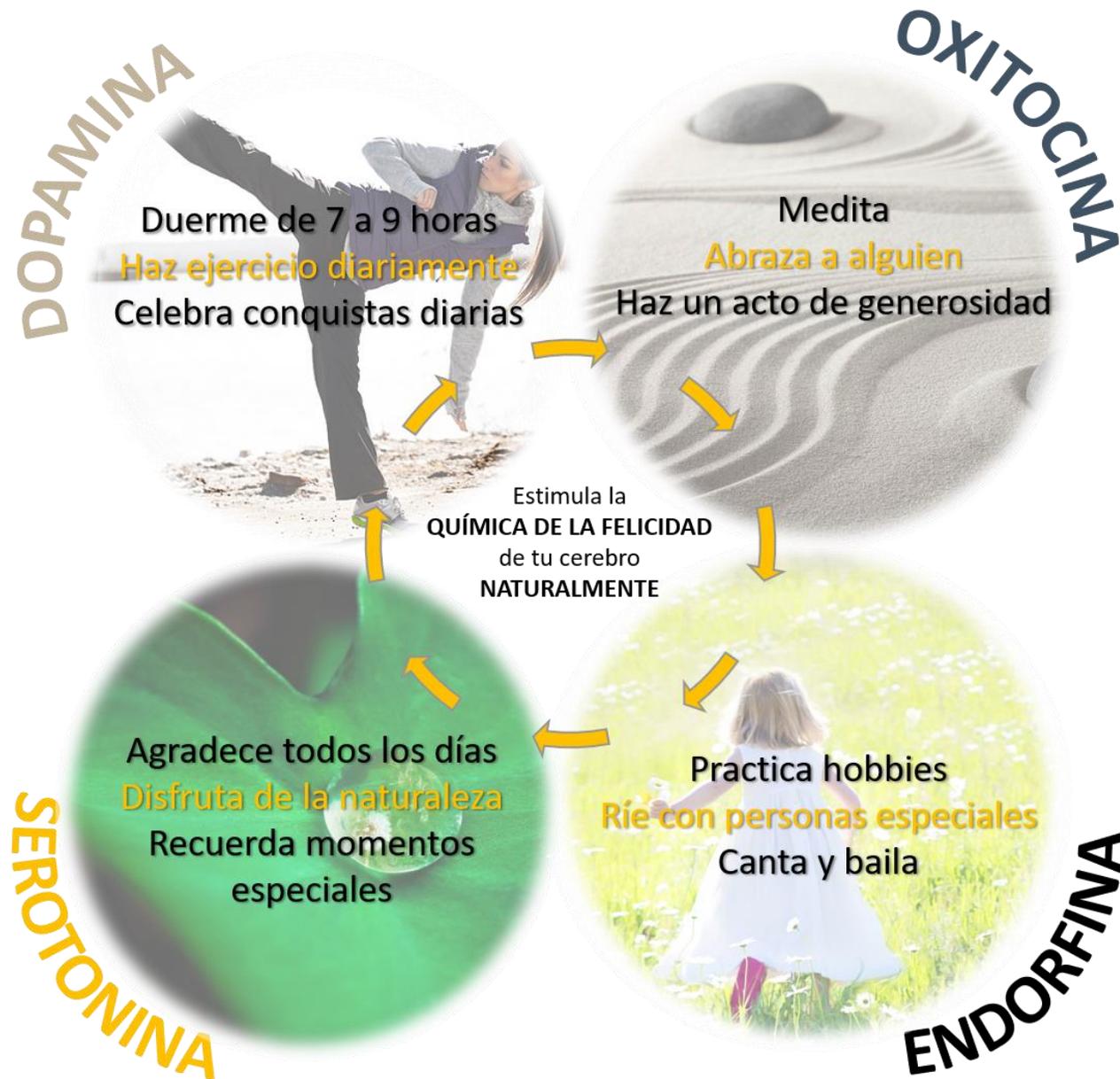
○ **Tristeza**

○ **Ánimo Deprimido**

Inhiben el recuerdo de nuevos materiales en hasta un 39%



# Recarga de **ENERGÍA** VITAL



# ¿QUÉ PUEDE HACER EL **MODELO ISSOK** POR TI?



Aumentar la **consciencia** del potencial transformador que cada individuo y grupo tienen en su **contexto** y orientarlo a la **acción**.

Desarrollar **habilidades directivas** y **motivacionales** que potencien la **capacidad del grupo** y de sus **miembros**.

Extender el **sentido de la responsabilidad** más allá de uno mismo, sustituyendo actitudes egoístas por otras solidarias y cooperativas, siendo capaces de mostrar **preocupación por los demás** y solicitar, ofrecer y aceptar apoyo respetuoso cuando sea necesario.

Planificar, llevar a cabo y evaluar **tareas y planes de trabajo**, así como desarrollar **competencias intrapersonales**.

Implicarse en todas las actividades y propuestas con **empeño** y **motivación**.

Ambiente **armónico, constructivo, empático** y **seguro**.

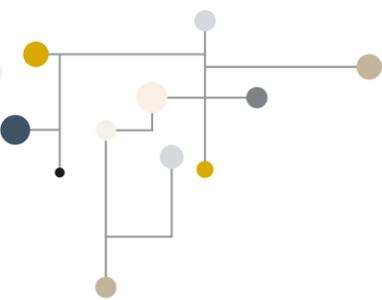
**Niveles de Responsabilidad**

# DE LA CASA AL TRABAJO

## Recursos Emocionales Prácticos

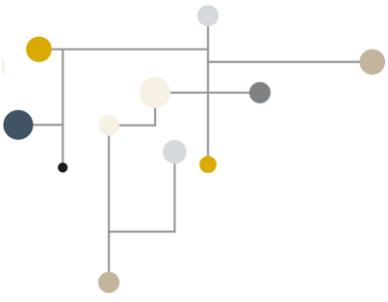
Un programa para trabajadoras y trabajadores  
de organizaciones y empresas





Una producció de





# BENEFICIOS

del programa

El programa garantiza la toma de **consciencia** y la **aceptación** de cómo estás.

Entender cómo funcionamos facilitará la **gestión de las emociones** que estamos sintiendo.

Aprenderás **estrategias y recursos prácticos** que marcarán la diferencia en tu día a día.

# DE LA CASA AL TRABAJO

## Recursos Emocionales Prácticos

### BLOQUE 1

#### Capítulo 1

##### CRISIS = OPORTUNIDAD

- Definición y fases de una crisis

#### Capítulo 2 y 3

##### ¿QUÉ ME ESTÁ PASANDO?

- Sistema Nervioso Autónomo

#### Capítulo 4

##### TÉCNICAS QUE FUNCIONAN

- Coherencia Cardíaca
- Mindfulness
- Relajación

### BLOQUE 2

#### Capítulo 5, 6 y 7

##### MI LUGAR DE TRABAJO = ESPACIO SEGURO

- Comunicación
- Conocimiento e Inclusión
- Acuerdos y Consensos

### BLOQUE 3

#### Capítulo 8

##### PARTICIPACIÓN Y ESFUERZO

- Redefinición del éxito
- Perseverancia y Automotivación

#### Capítulo 9

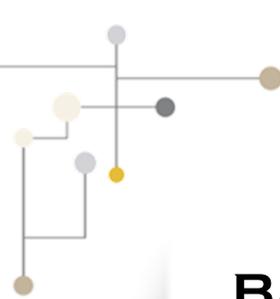
##### AUTOLIDERAZGO

- Autogestión Emocional

#### Capítulo 10

##### CÓMO SALIR DE ESTA

- Cooperación



# PACKS

## BÁSICO

### 10 Capítulos:

- Formato vídeo personalizado
- Duración 20 min
- Online

+

**Autoevaluación**

1.600€

## MEDIO

### 10 Capítulos:

- Formato vídeo personalizado
- Duración 20 min
- Online

+

**Autoevaluación**

+

**Evaluación del estado emocional grupal**

2.300€

## COMPLETO

### 10 Capítulos:

- Formato vídeo personalizado
- Duración 20 min
- Online

+

**Autoevaluación**

+

**Evaluación del estado emocional grupal**

+

**3 Sesiones Virtuales en Vivo**

2.800€



# ISSOK<sup>•</sup>

INSTITUTE

## MÁS INFORMACIÓN:

**SILVIA PÉREZ**

653 94 50 53

[silviaperez@issokinstitute.com](mailto:silviaperez@issokinstitute.com)

[issokinstitute.com](http://issokinstitute.com)

