

Antes



Después

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN:

Felicidad y Consciencia por la Vida

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN S.S.T.



El emprendimiento
es de todos

Minhacienda

“LA VIDA DEBE SER
UNA CONTINUA
EDUCACIÓN.”

COMUNIDAD NACIONAL DE CONOCIMIENTO EN

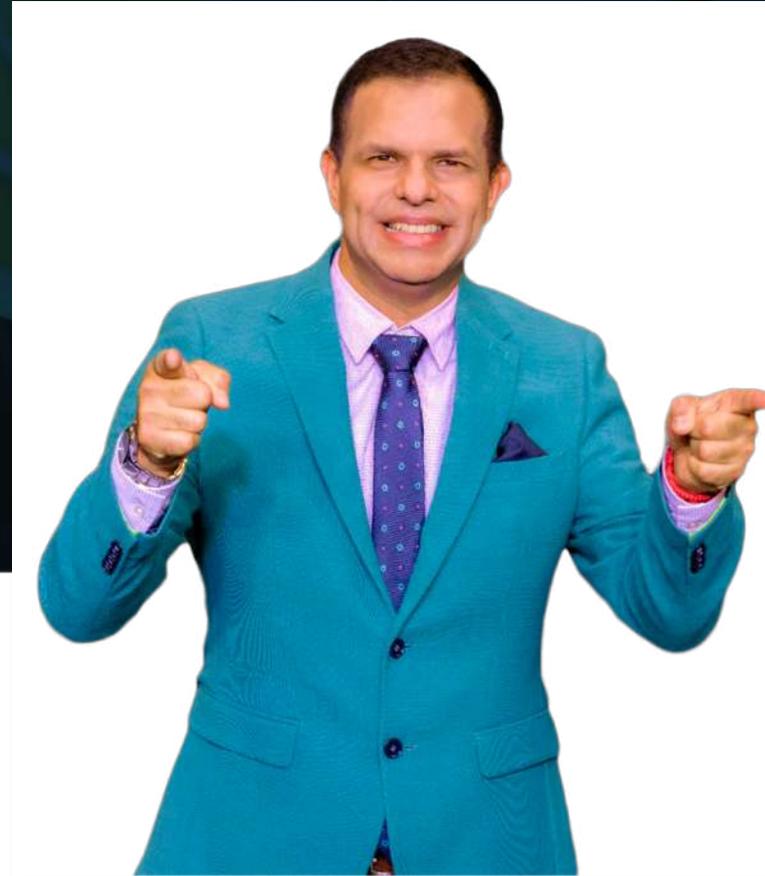
FELICIDAD Y CONSCIENCIA POR LA VIDA

PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN S.S.T.

EXPERTO LÍDER

*De la comunidad felicidad y
consciencia por la vida*

Roberto Machado
roberto@robertomachado.co
Contacto: +57 317 6152676





EVALUÉMONOS





**LA RISA TIENE CONSECUENCIAS
FAVORABLES PARA EL TRABAJO**

**RUTA DE
CONOCIMIENTO**

1

AÑO 2022

TÍTULO
LA RISA TIENE
CONSECUENCIAS
FAVORABLES PARA EL
TRABAJO

01

TÍTULO
EL CAMINO DE LA ANSIEDAD
AL BIENESTAR

02

TÍTULO
BURNOUT: CÓMO
DETECTARLO Y TOMAR
MEDIDAS

03

TÍTULO
CLAVES PARA PREVENIR
EL ACOSO LABORAL

05

TÍTULO
MANEJO DE CONFLICTOS

04

TÍTULO
REEVALUACIÓN DE
OBJETIVOS Y METAS

06

TÍTULO
EL ARTE DE SER FELIZ
EN EL TRABAJO

07

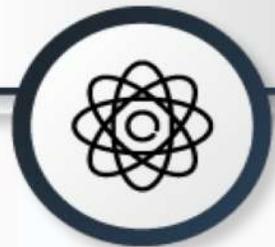


TABLA DE CONTENIDOS

Momento 1

Momento 1

La risa. Definición
Estudios.
Cultura en las
organizaciones.



Momento 2

La risa tiene
consecuencias
favorables para
el trabajo



Momento 3

Ejercicios Practicos



OBJETIVO GENERAL

Abrirnos a un nuevo estado de conciencia donde la risa tiene más cabida cada vez para modificar nuestro estado de ánimo, habitualmente estresado debido a las demandas de la sociedad.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS



OBJETIVO ESPECIFICO 1

Dar a conocer el significado de la risa y el humor.



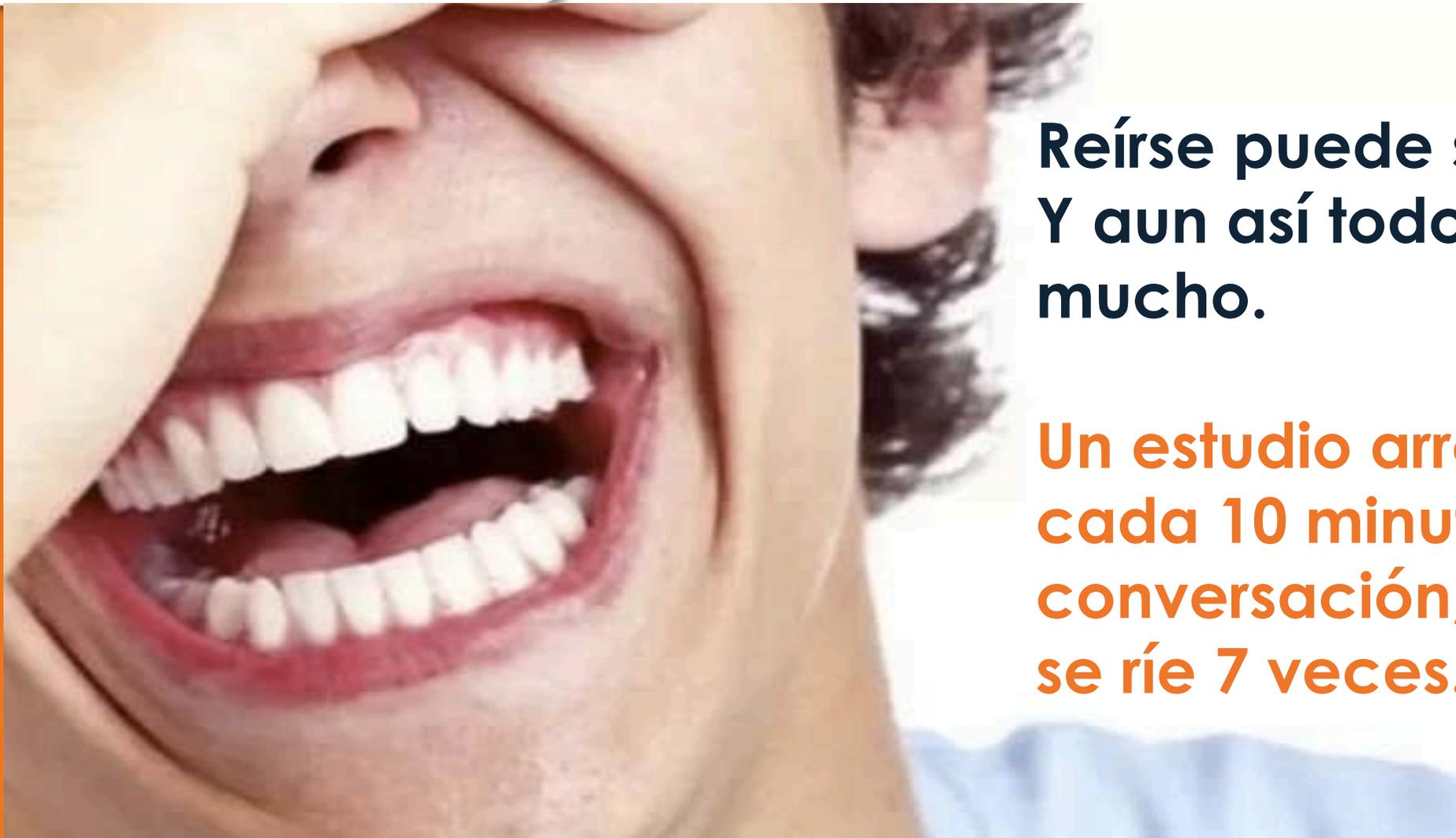
OBJETIVO ESPECIFICO 2

Promover la actitud positiva por medio de la risa en las organizaciones



OBJETIVO ESPECIFICO 3

Demostrar ejercicios de risa incondicional para que lo puedan poner en práctica en su ambiente laboral.



**Reírse puede ser extraño.
Y aun así todos lo hacemos
mucho.**

**Un estudio arrojó que por
cada 10 minutos de
conversación, una persona
se ríe 7 veces.**

La risa es una expresión emocional no verbal y estos sonidos, que típicamente usamos para enganchar emociones fuertes, son más parecidos a llamados animales que a nuestro discurso habitual.





¿Podría la risa ser una forma de construir una cultura de equipo más fuerte y más creativa en el trabajo?



Reírnos con nuestros colegas ayuda a que nos relajemos y estemos más "inspirados".

LA RISA TIENE CONSECUENCIAS FAVORABLES PARA EL TRABAJO



PLAN NACIONAL
MULTIMODAL
DE EDUCACIÓN EN S.S.T.

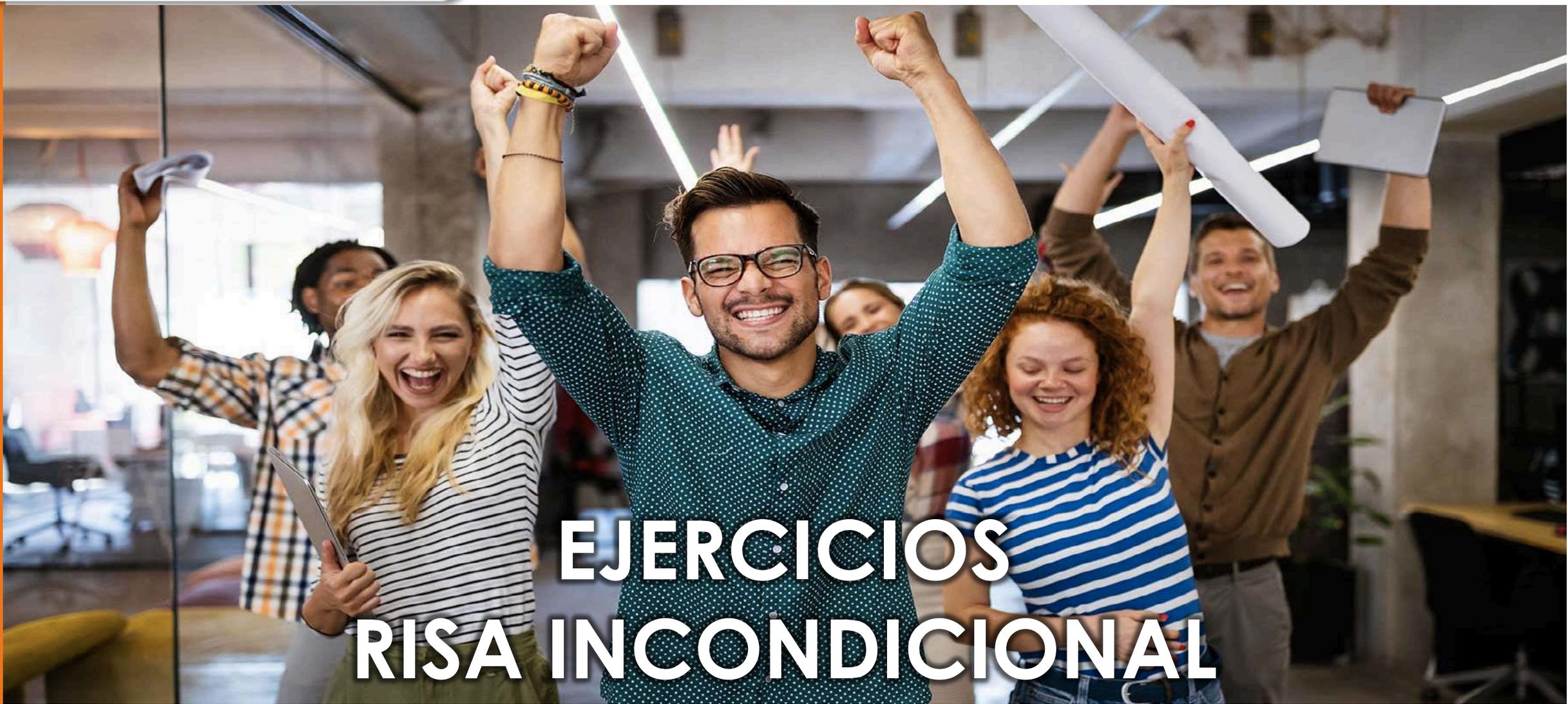
LA RISA TIENE CONSECUENCIAS FAVORABLES PARA EL TRABAJO

- 😊 La risa alivia el estrés, el aburrimiento.
- 😊 La risa aumenta el compromiso y el bienestar.
- 😊 Estimula la creatividad y la colaboración.
- 😊 Incita a la precisión analítica y la productividad.
- 😊 Alivia la carga mental e induce cambios físicos en su cuerpo
- 😊 Impulsa la circulación y ayudar a la relajación muscular.





Si un líder se burla del personal o cuenta chistes subidos de tonos, puede influenciar en su personal y que estos vean un camino para comportarse mal.



EJERCICIOS RISA INCONDICIONAL



EVALUÉMONOS

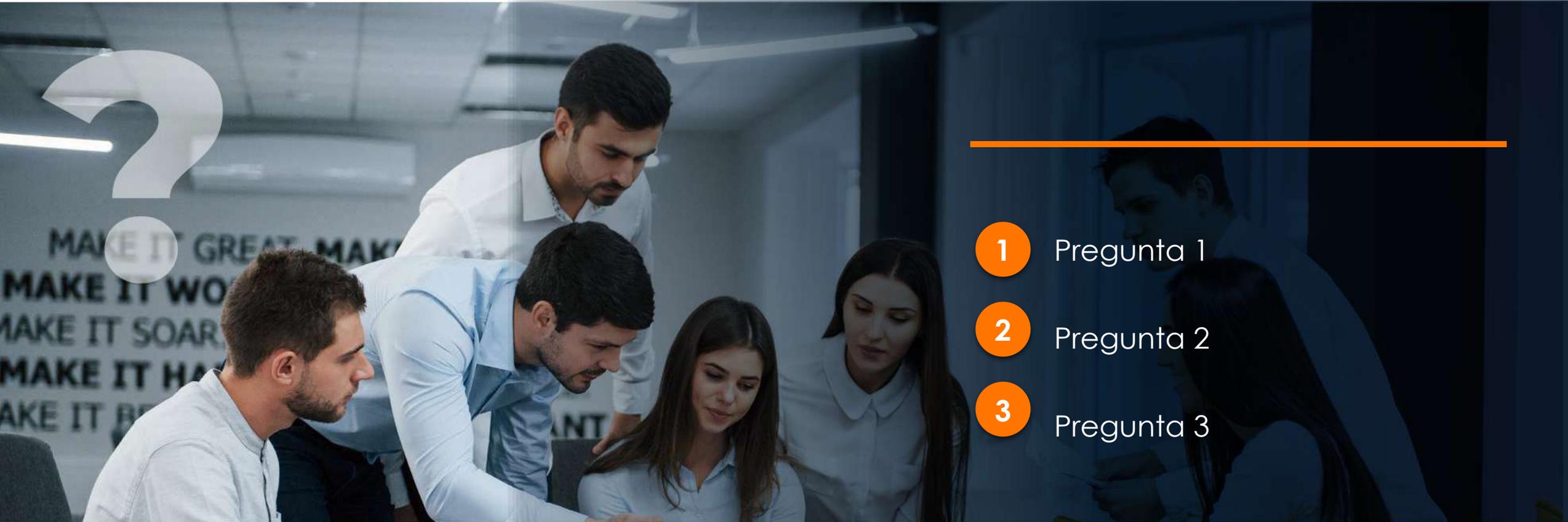




BIBLIOGRAFIA

- 1 Alta Diversión: Los Beneficios del humor en el trabajo. Eduardo Jauregui, Jesus Damian Fernandez
- 2 Laughther Yoga. Dr. Madan Kataria
- 3 Lidera con sentido del humor. Sergio de la Calle

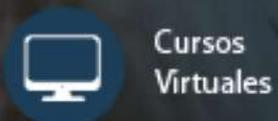
PREGUNTAS



-
- 1 Pregunta 1
 - 2 Pregunta 2
 - 3 Pregunta 3

RECUERDA QUE POSITIVA ★ TIENE PARA TI ★

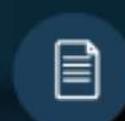
 **Posipedia**
www.posipedia.com.co



Cursos
Virtuales



Videos



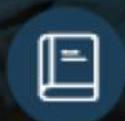
Cartillas



Juegos
Digitales



Artículos



Guías



Documentos
Técnicos



Enlaces de
interés



Audios



Mailings



Presentaciones
Técnicas



Ludo
Prevención

Para una mejor atención y servicio al cliente, disponemos de los siguientes
★ canales de comunicación ★



EDUCACIÓN VIRTUAL –
CURSOS DE OBLIGATORIO
CUMPLIMIENTO

educavirtual@positiva.gov.co



EDUCACIÓN PRESENCIAL Y
TALLERES WEB

positiva.educa@positiva.gov.co