

# **FORMACIONES EN HABILIDADES PERSONALES Y SOCIALES**

**Online y presenciales  
para equipos y profesionales**

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



# ¿Por qué formarse en habilidades personales y sociales?

*“Ha cambiado el ambiente en el equipo, se han rebajado las tensiones y hemos aprendido a hablar abiertamente de lo que opinamos con asertividad.”*

*“Me ha hecho ganar más confianza en mí mismo y estar mejor con mis compañeros de departamento y con otros departamentos con los que me costaba comunicarme.”*

*“Ayuda a comunicarse mejor con compañeros y clientes.”*

*“Con unos tips sencillos y a la vez con mucho sentido común, he aprendido muchas cosas básicas que normalmente pasamos por alto.”*

*“Es como hacerse más eficaz y propagar el buenrollismo para que el trabajo se haga más agradable.”*

# Una puesta a punto

Las habilidades técnicas y digitales son muy importantes hoy pero no olvidemos que casi siempre somos **personas trabajando con personas.**

Nosotros creemos en las personas y creemos que siempre pueden ser **más hábiles.**

Si tú o tu equipo pensáis que os iría bien una puesta a punto en

**comunicación, atención al cliente, gestión de personas, gestión del bienestar**

estamos aquí para realizar formaciones que aportarán valor añadido en comunicación interna y externa para funcionar mejor e incrementar la calidad de la comunicación, el trato con los clientes y la productividad.

**Mejor comunicación = mayor bienestar = mayor productividad**

Si crees en esta fórmula, eres de los nuestros.

# Comunicación saludable y eficaz

Habilidades de  
comunicación  
profesional

Rapport  
y feedback

Escucha activa,  
empatía y  
asertividad

Lo verbal  
y lo no verbal

Lenguaje  
para objetivos

Negociación

Mejorar cómo  
hablamos  
y escribimos en  
diferentes formatos

Storytelling  
y hablar  
en público

Networking

Reuniones,  
entrevistas, emails

# Atención al cliente

Inteligencia emocional

Conocer la psicología del cliente

Imagen comunicativa

Conversaciones y negociación

El trato ideal con clientes

Feedback y mejora continua

Al teléfono, por escrito y en persona

Role plays y análisis de situaciones

Estilos de comunicación

Escucha activa, empatía y asertividad

Gestión del conflicto

Clientes internos y externos

# Gestión del bienestar

Conocer  
y profundizar  
en la actitud

Ámbito personal  
y ámbito profesional

Técnicas  
de Mindfulness

Cualidades  
y mejoras personales  
y profesionales

Gestión del estrés

Organización  
y planificación  
del trabajo

Organización de  
espacios de trabajo

Establecer objetivos  
sostenibles

Interacción  
saludable

Autoliderazgo  
y automotivación

Inteligencia  
emocional en el  
ámbito laboral

Proactividad  
y creatividad

# Dinámicas de equipo

De individuo  
a equipo

Lenguaje positivo

Suma de fortalezas

Reconocer  
y celebrar

Actitudes y roles  
en el equipo

Gestión  
del conflicto

Objetivos  
motivadores

Estilos  
de comunicación

Optimizar  
relaciones

Técnicas  
de Team-Building

Feedback  
apreciativo

Valoración  
de la diversidad

# ¿Cómo trabajamos?



Formaciones en  
español e inglés

Individuales  
y en grupo

Online  
y presencial



# Carlos van Oosterzee

**Formador**, técnico discreto, efectivo y práctico con **más de 10 años de experiencia** formando a profesionales y equipos de trabajo a nivel **local e internacional** para desarrollar sus **aptitudes, competencias y habilidades de comunicación, liderazgo, bienestar y productividad.**

Licenciado en Filología, Máster en Lingüística y Comunicación, formado también en expresión, coaching, mindfulness y desarrollo personal y profesional.

Leitmotiv: la comunicación es una poderosa herramienta para el logro de objetivos.

**carlos@carlosvanoosterzee.com**  
**+34 656 44 53 11**



**# comunicación**  
**# atención al cliente**  
**# mindfulness**  
**# team-building**

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