

# FORMACIONS EN HABILITATS PERSONALS I SOCIALS

**Online i presencials  
per a equips i professionals**

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



# Per què formar-se en habilitats personals i socials?

*"Ha canviat l'ambient a l'equip, s'han rebaixat les tensions i hem après a parlar obertament del que opinem amb assertivitat."*

*"M'ha fet guanyar més confiança en mi mateix i estar millor amb els meus companys de departament i amb altres departaments amb què em costava comunicar-me."*

*"Ajuda a comunicar-se millor amb companys i clients."*

*"Amb uns tips senzills i alhora amb molt sentit comú, he après moltes coses bàsiques que normalment passem per alt."*

*"És com fer-se més eficaç i propagar el bonrollisme perquè la feina es faci més agradable."*

# Una posada a punt

Les habilitats tècniques i digitals són molt importants avui però no oblidem que gairebé sempre som **persones treballant amb persones.**

Nosaltres creiem a les persones i creiem que sempre poden ser **més hàbils.**

Si tu o el teu equip penseu que us aniria bé una posada a punt en

**comunicació, atenció al client,  
gestió de persones, gestió del benestar**

estem aquí per realitzar formacions que aportaran valor afegit en comunicació interna i externa per funcionar millor i incrementar la qualitat de la comunicació, el tracte amb els clients i la productivitat.

**Millor comunicació = més benestar = més productivitat**

Si creus en aquesta fórmula, ets dels nostres.

# Comunicació saludable i eficaç

Habilitats de  
comunicació  
professional

Negociació

Rapport  
i feedback

Millorar com parlem  
i escrivim  
en diferents formats

Escolta activa,  
empatia i  
assertivitat

Storytelling  
i parlar  
en públic

Verbal  
i no verbal

Networking

Llenguatge  
per a objectius

Reunions,  
entrevistes, emails

# Atenció al client

Intel·ligència  
emocional

Conèixer  
la psicologia  
del client

Imatge  
comunicativa

Converses  
i negociació

El tracte ideal  
amb clients

Feedback  
i millora contínua

Al telèfon,  
per escrit  
i en persona

Role plays  
i anàlisi  
de situacions

Estils  
de comunicació

Escolta activa,  
empatia i  
assertivitat

Gestió  
del conflicte

Clients interns  
i externs

# Gestió del benestar

Conèixer  
i aprofundir en  
l'actitud

Àmbit personal  
i àmbit professional

Tècniques de  
Mindfulness

Qualitats i millores  
personals  
i professionals

Gestió de l'estrès

Organització  
i planificació del  
treball

Organització  
d'espais de treball

Establir objectius  
sostenibles

Interacció saludable

Autolideratge  
i automotivació

Intel·ligència  
emocional  
en l'àmbit laboral

Proactivitat  
i creativitat

# Dinàmiques d'equip

D'individu  
a equip

Llenguatge positiu

Suma de fortaleeses

Reconèixer  
i celebrar

Actituds i rols  
a l'equip

Gestió  
del conflicte

Objectius  
motivadors

Estils de  
comunicació

Optimitzar  
relacions

Tècniques de  
Team-Building

Feedback  
apreciatiu

Valoració  
de la diversitat

# Com treballem?



Formacions en  
català, castellà  
i anglès

Individuals  
i en grup

Online  
i presencial



# Carlos van Oosterzee

**Formador**, tècnic discret, efectiu i pràctic amb **més de 10 anys d'experiència** formant professionals i equips de treball a nivell **local i internacional** per desenvolupar les seves **aptituds, competències i habilitats de comunicació, lideratge, benestar i productivitat.**

Llicenciat en Filologia, Màster en Lingüística i Comunicació, format també en expressió, coaching, mindfulness i desenvolupament personal i professional.

Leitmotiv: la comunicació és una poderosa eina per a aconseguir objectius.

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



**# comunicació**  
**# atenció al client**  
**# mindfulness**  
**# team-building**

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