



## Optimismo Consciente Una forma inteligente de Pensar y Actuar

Invertir en las personas siempre es rentable  
La eficacia de una Organización radica en su capacidad de  
Pensar en Positivo y Actuar con Eficacia.

“Diverrisa ha desarrollado un excelente trabajo con nuestro equipo Directivo y de Managers. Nos ha enseñado a entrar en el mundo de las emociones como parte esencial de la gestión de personas. Además, nos hemos REÍDO de lo lindo: esencial hoy en día.”

Toni Solé, Director RRHH  
VUELING AIRLINES

“Cuando se me ocurrió contar con los servicios de Enric para unas sesiones de animación de nuestro equipo comercial, no estaba seguro de la acogida que tendría esta actividad. Tengo que decir que el éxito fue tal que el resto de departamentos de la empresa me presionaron para también ellos llevar a cabo esta actividad. Enric y su equipo se toman muy en serio el que los demás se diviertan. Son unos magníficos profesionales de los que guardamos un muy grato recuerdo.”

Antonio Alarcón, Director General  
EDEN SPRING ESPAÑA, S.A

“Utilicé los servicios de Diverrisa en unas reuniones de trabajo en las que buscaba realizar alguna actividad que permitiera promover el optimismo y romper con la rutina de las reuniones, al tiempo que crear un clima cálido de compañerismo. Realmente obtuvimos muy buenos resultados y, tras varios meses, todavía hoy lo recordamos gratamente cuando nos reunimos.”

Ricardo Eiriz, Director Comercial Area  
ASEPEYO





## ¿qué actitud queremos tener?

Una de las claves para ser **conscientemente optimistas** está en decidir cual va a ser nuestra **actitud**.

"Aunque no puedas elegir el trabajo que te gustaría hacer, siempre puedes elegir como lo harás"



la competencia desarrolla productos y/o servicios muy parecidos a los nuestros ¿dónde está la diferencia?

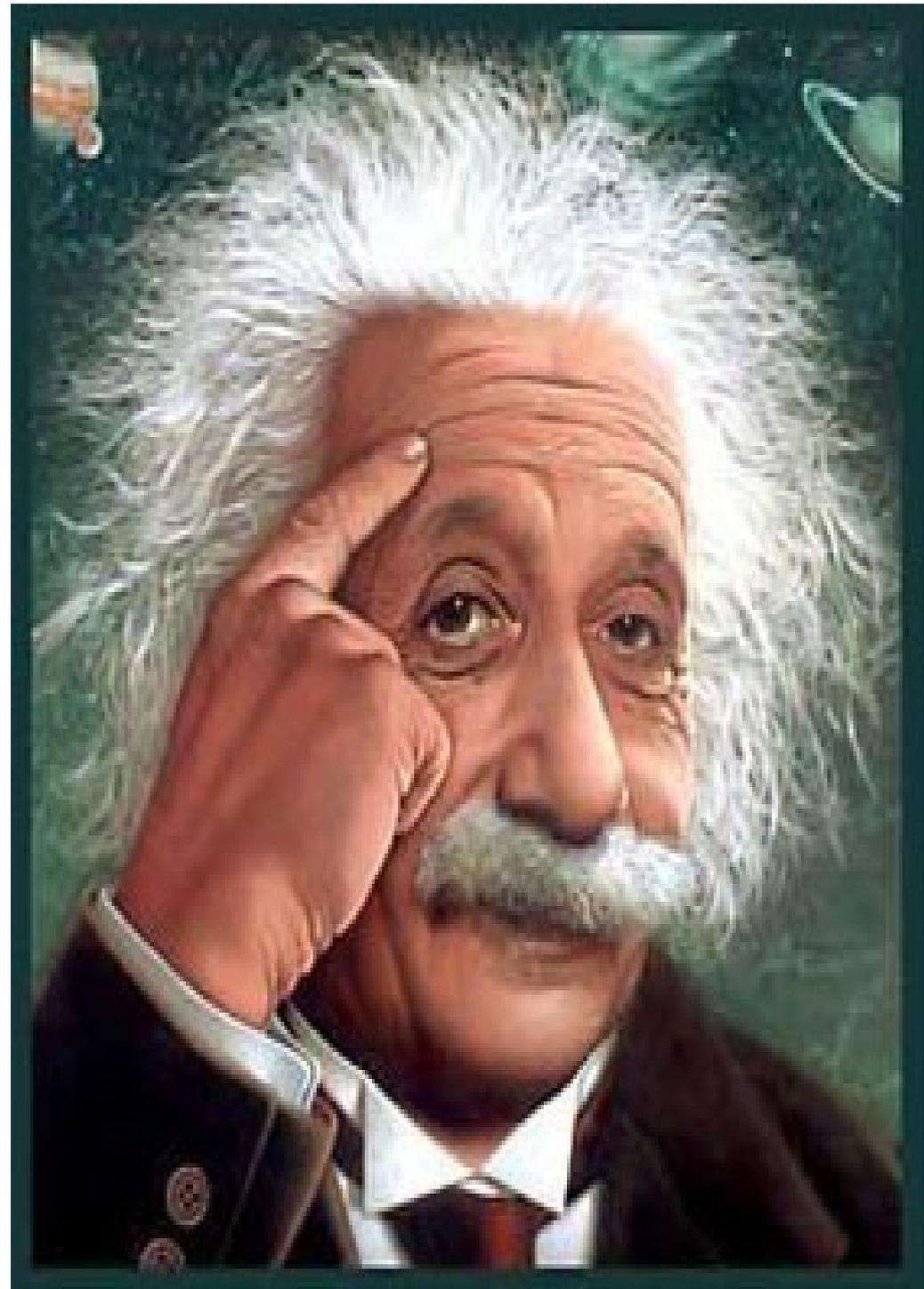


La verdadera ventaja competitiva está en las personas, su optimismo y su capacidad para adaptarse a los cambios constantes.

¡Al optimista  
la vida siempre  
le sonrío!

Los que dirigen  
empresas saben muy  
bien, que es  
fundamental  
pensar en positivo para  
lograr superar con éxito  
cualquier dificultad.

“muere lentamente el que no  
arriesga” (Pablo Neruda)



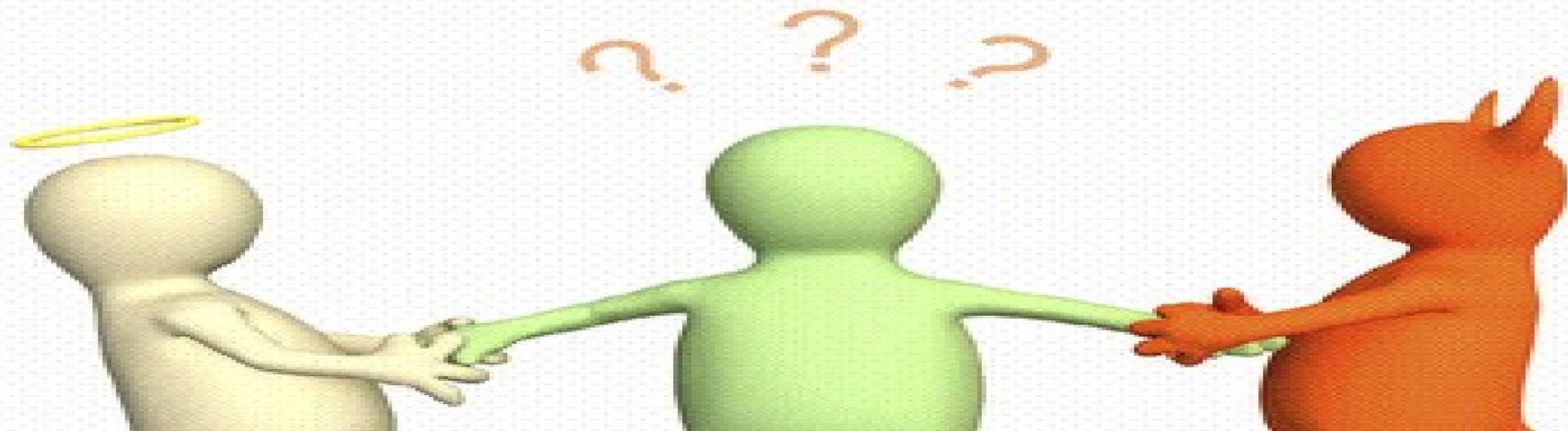


## El optimismo se consigue con consciencia

Para ser optimista hay que crear el ambiente propicio.

Si focalizas la atención en lo bueno, lograrás pensamientos positivos, autoestima y la actitud necesaria para crear el camino hacia las oportunidades y el éxito.

valoroptimismooptimismooptimismo  
**OPTIMISMO**



¿cómo quieres ver el mundo?

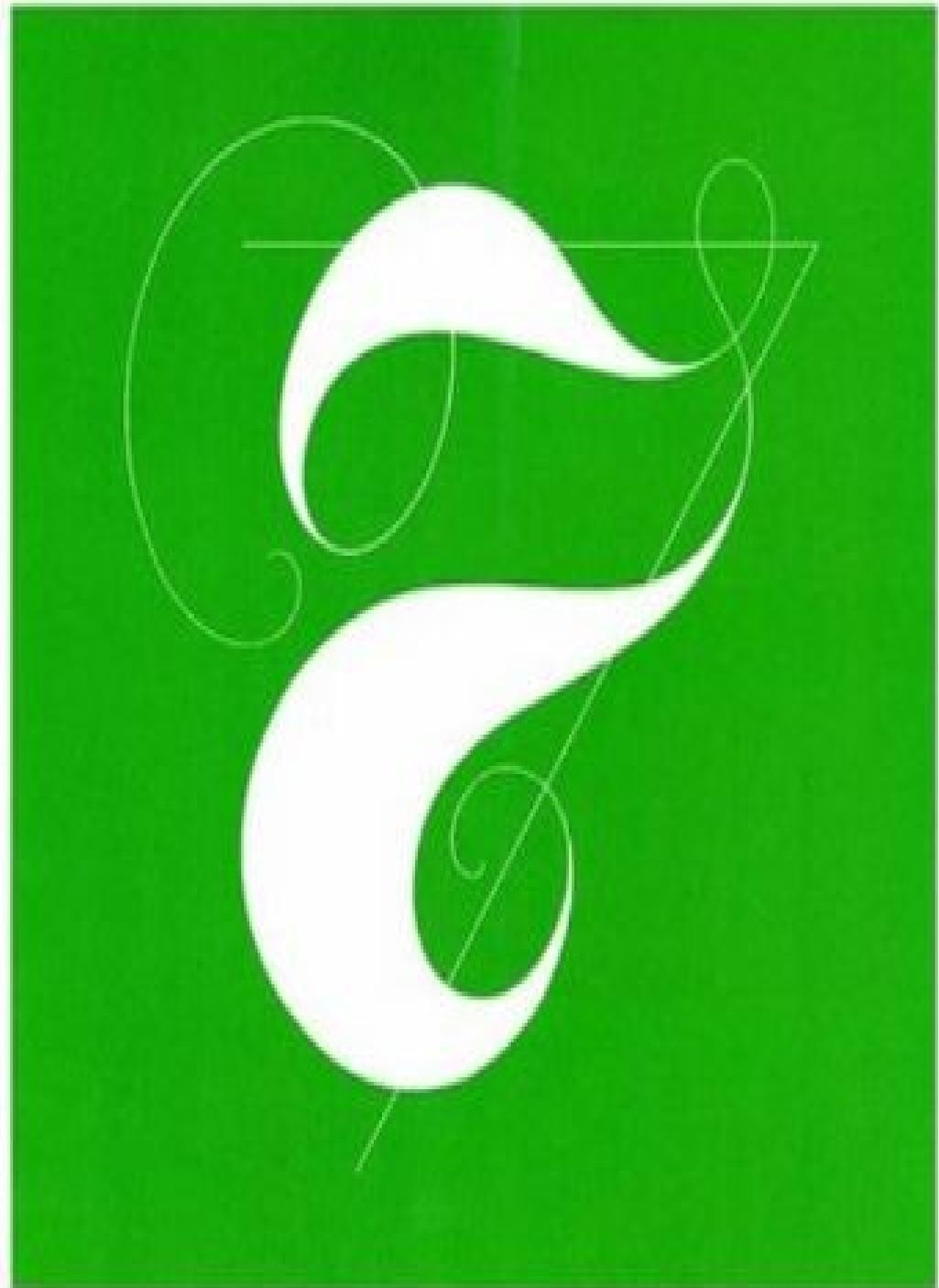


## el optimismo te ayuda a:

- ☺ Afianzar la autoestima y a conocerse mejor.
- ☺ Aumentar la constancia y la resistencia al fracaso.
- ☺ Derrotar el pesimismo y el desánimo.
- ☺ Reducir el miedo y el estrés.
- ☺ Afrontar los problemas con valentía e ilusión.
- ☺ Crear oportunidades y actitud positiva.
- ☺ Desarrollar una mentalidad ganadora.

# 7 claves para desarrollar el Optimismo

El Optimismo además de ser una ventaja competitiva para cualquier empresa, es una fuente inmejorable de salud, crecimiento y bienestar psicológico para sus trabajadores.





- ☺ **Desarrollar la autoestima.**
- ☺ **Pensar conscientemente en positivo.**
- ☺ **Experimentar emociones positivas.**
- ☺ **Evocar y visualizar logros y sensaciones de éxito.**
- ☺ **Estimular el juego y la diversión.**
- ☺ **Lograr equilibrio personal a través de la respiración y la voz.**
- ☺ **Convertirse en un modelo a seguir.**

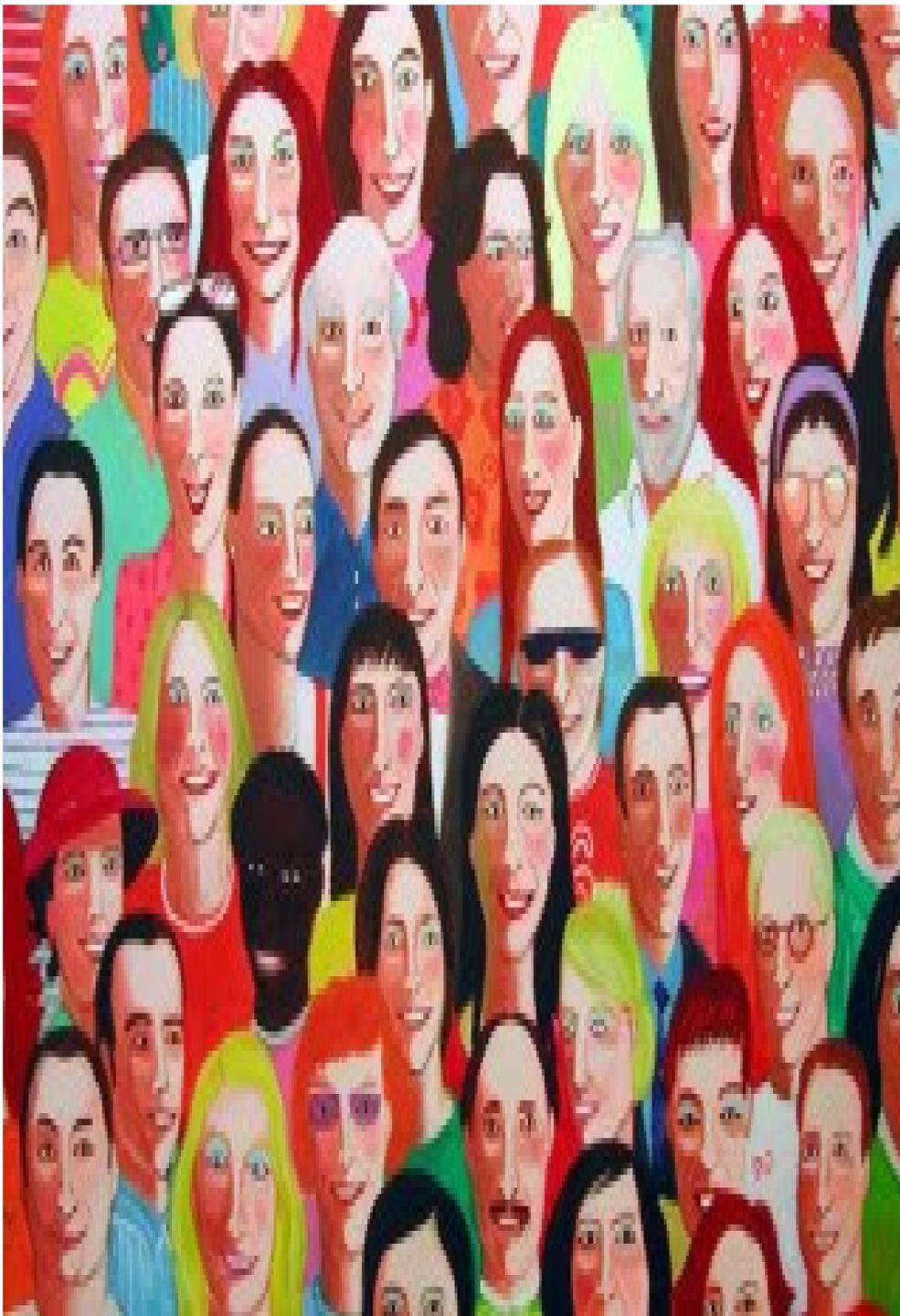
# Metodología

Presencial y/o On.Line

ser optimista no significa vivir en otro mundo, sino desarrollar una actitud conscientemente positiva

- Introducción teórica para enfocar y compartir objetivos con los participantes.
- Ejercicios lúdico-vivenciales, individuales, por parejas, y en grupo.
- Análisis de cada experiencia que nos permita cerrar el círculo de aprendizaje





## el optimismo consciente ayuda a:

- ☺ Directivos y líderes de proyectos.
- ☺ Comerciales y visitadores.
- ☺ Vendedores tiendas.
- ☺ Personal de atención al público.
- ☺ Distribuidores y Franquicias.
- ☺ Personal medico / sanitario
- ☺ Tus propios clientes.
- ☺ Equipos multidisciplinares.



# subvenciones

Acceda a las AYUDAS PARA LA FORMACIÓN EN LA EMPRESA que se hacen efectivas mediante bonificaciones en las cotizaciones a la Seguridad Social.

Solicita información de cómo beneficiarte de esta ayuda y consigue formarte de manera totalmente gratuita



# Resumen

## Optimismo Consciente

**Formación**, lúdica-vivencial, experiencial

**Objetivo**, mejorar la capacidad emocional, la actitud y motivación del equipo e individuos

**Duración**, 12h en 4 sesiones de 3h

**Localización**, a determinar con el cliente

**Grupos**, de 10 a 20 personas aprox

**Acciones**, juegos, dinámicas de grupo, etc.

**7 claves**, Desarrollar la autoestima; Pensar en positivo; Experimentar emociones positivas; Evocar y visualizar logros y sensaciones de éxito; Estimular el juego y la diversión; Lograr el equilibrio personal a través de la respiración y la voz; Convertirse en un modelo a seguir

**Método**, introducción teórica; ejercicios vivenciales; análisis de las experiencias

**Cursos**: Presenciales y/o On-Line

**Ayuda a**, Afianzar la autoestima y a conocerse mejor. Aumentar la constancia y la resistencia al fracaso. Derrotar el pesimismo y el desánimo. Reducir el miedo y el estrés. Afrontar los problemas con valentía e ilusión. Crear oportunidades y actitud positiva. Desarrollar una mentalidad ganadora.

**A quien va dirigido**: Directivos y líderes de proyectos. Comerciales y visitadores. Vendedores tiendas. Personal de atención al público. Distribuidores y Franquicias. Personal medico / sanitario Tus propios clientes. Equipos multidisciplinares.

**Coste**, en función del número participantes. Posibilidad de subvención

**Subvenciones**, existen bonificaciones a la SS para que el curso pueda financiarse.

# diverrisa | qué nos importa

- ☺ nos importa hacer mejores a nuestros clientes
- ☺ nos seducen los proyectos ambiciosos
- ☺ nos gusta ser creativos y romper esquemas
- ☺ nos motiva superar las expectativas de nuestros clientes
- ☺ nos encanta ser, hacer y desarrollar de forma diferente



**desde 2005,  
ya lo venimos  
diciendo**

Las emociones son parte fundamental en las organizaciones, el afecto, la confianza, la felicidad y el optimismo son piezas clave para el éxito empresarial, ...

Estamos acostumbrados a que nos cueste

**¡Crear es poder!**



## Equipo

### Enric Castellví



Consultor senior  
Psicólogo clínico,  
Máster en desarrollo organizacional  
más 20 años de experiencia en  
consultoría y Dirección de RRHH



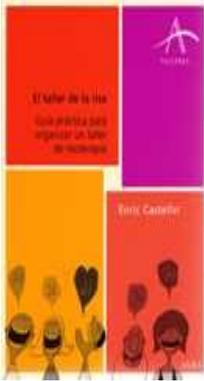
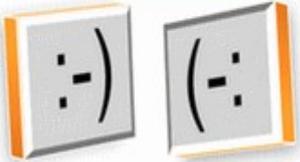
### Digna Siero



Consultora senior  
Terapeuta, risoterapeuta  
más 15 años de experiencia en  
terapias alternativas, Maestra de  
Reiki, Relajación, Sofrología.

# Desarrollo de las emociones positivas

SIMETRIA EMOCIONAL PARA LA VENTA



Cursos On-line



## diverrisa | referencias

Asepeyo, Sanitas, Almirall, Isdin, Coloplast, Novartis, Inibsa, Eden, Mutuam, Caixa Penedés, BBVA, Aceroid, ABB, Forbo, Indo, TNS, Santiveri, Danone, Sony, Il3, UOC, Unilever, Naf-Naf, Karpa, Esfera, BCD travel, Adecco, ONCE, Dolce Sitges, Vueling...

## RISOTERAPIA



# diverrisa | Nuestra empresa

- Fundada en 2005, por Enric Castellví y Digna Sieiro, con la voluntad de cubrir la necesidad de gestión, formación y desarrollo emocional en las empresas.
- Nuestro equipo está formado por profesionales de amplia experiencia en Desarrollo Organizacional, Gestión de RRHH, Psicología positiva, Desarrollo emocional, Liderazgo, Coaching y Terapias Alternativas adaptadas a la empresa.
- Somos una empresa única en nuestra especialidad, que ofrece servicios de Desarrollo emocional a través de metodología propia.
- Utilizamos potentes herramientas tradicionales combinadas con la Formación lúdico vivencial, Visualización creativa y de Desarrollo sensitivo emocional.



# Pasión por hacer felices a nuestros clientes



Eric Castellví  
ecastellvi@diverrisa.es  
www.diverrisa.es  
M. 620199255

## ¡Crear es poder!