

# ADAPTACIÓN AL CAMBIO

30 horas

## Presentación

El cambio es un proceso natural y habitual en las organizaciones que supone un estado de transición. Para que esta etapa finalice con éxito en el cambio de la situación actual a la futura y deseada, es crucial que se facilite su proceso ya que con frecuencia aparecen varios factores que afectan a la productividad.

Mediante el curso de Adaptación al cambio, el alumno aprenderá a mejorar su capacidad de adaptación a las diferentes transformaciones que pueden acontecer durante este proceso, alcanzando así el cambio organizacional óptimo.

A la finalización del curso el alumno será capaz de enfrentarse con flexibilidad y versatilidad a situaciones nuevas, pudiendo aceptar los cambios positiva y constructivamente. El alumno también podrá identificar las resistencias al cambio y favorecer los procesos que hacen que un individuo se enfrente a nuevas situaciones con éxito.

## Contenidos

### Modulo 1. Aceptar el cambio.

- ¿Qué es el cambio?
- Estudio: Aceptar el cambio.
- Resultado estudio: Aceptar el cambio.
- Conclusión estudio: Aceptar el cambio.
- ¿Cómo cambiar?
- Ejemplo para poder cambiar.
- Conclusiones para poder cambiar.
- Factores para afrontar los cambios.
- El cambio como elefante y como jinete.
- Adaptación al cambio.
- Ventajas de la adaptación al cambio.
- Cómo afrontar los cambios.

### Modulo 2. Las resistencias al cambio.

- La resistencia al cambio.
- El paradigma del cambio.
- Ilusiones positivas.
- Parálisis de la decisión.
- Superar los obstáculos.

### Modulo 3. Las fases necesarias para adaptarnos al cambio.

- Fases para el cambio.
- Teoría de Lewin sobre el cambio.
- Fases de la adaptación al cambio.
- El éxito del cambio.
- Para cambiar hay que querer hacerlo.
- Fábula de la gallina y los huevos de oro.

### Modulo 4. Estrategias para la adaptación al cambio.

- ¿Qué nos hace cambiar?
- Principios de la aceptación.
- El porqué del cambio.
- Estrategias para la adaptación al cambio.

### Modulo 5. Gestión del cambio en las organizaciones.

- El cambio en las organizaciones.
- Modelo de las fases del cambio de Kotter.
- Las emociones para el cambio.
- Técnica de autoayuda para el cambio.
- Gestión del cambio en las organizaciones.
- Etapas para la gestión del cambio.
- Objetivos para el cambio.
- Implicaciones del cambio en las organizaciones.

### Modulo 6. Nuevos escenarios para la recualificación laboral y la empleabilidad.

- Cambios en nuestra empleabilidad.
- Sectores para búsqueda de empleo.
- Perfiles para búsqueda de empleo.
- Cosas que han cambiado.
- Competencias para la empleabilidad.
- Carta de presentación.
- Currículum Vitae o Currículo.
- Superar con éxito una entrevista de trabajo.



## Objetivos generales

- Enfrentarse con flexibilidad y versatilidad a situaciones nuevas.
- Aceptar los cambios positiva y constructivamente.
- Identificar las resistencias al cambio y favorecer los procesos que hacen que un individuo se enfrente a nuevas situaciones de forma satisfactoria.

