



"Sentido humano y precisión científica al servicio de la vida"

NUESTROS SERVICIOS

Trabajamos para cuidar la Salud Mental en los principales contextos de la vida.

Acompañamos procesos de evaluación, diagnóstico, intervención y prevención desde la humanidad, confianza, autenticidad y rigurosidad.



PROGRAMA DE SALUD MENTAL PARA ORGANIZACIONES



CONSULTORÍA DESDE LA PSICOLOGÍA CLÍNICA EN LAS NECESIDADES DE LA ORGANIZACIÓN

SOBRE NOSOTRAS...



CAROLINA MÉNDEZ SÁNCHEZ

*MSc. Psicóloga Clínica.
Énfasis Comportamental Cognoscitivo.*

Experta en problemas emocionales, procesos de adaptación e implementación de programas de Salud Mental.



DIANA VELASCO PINZÓN

*MSc. Psicóloga Clínica.
Énfasis Comportamental Cognoscitivo.*

Profesora universitaria de pregrado y posgrado.
Experta en problemas emocionales, enfermedades crónicas, crisis y duelo.

Algunos de nuestros temas

en Consultoría

Burnout, estrés y desgaste laboral

Ansiedad y depresión

Efectos del acoso laboral

Límites asertivos



Autocuidado

Inclusión laboral

Manejo de crisis

Gestión de emociones

Solución de problemas

Programa de Salud Mental PARA ORGANIZACIONES

Los problemas de salud mental están en aumento. La Asociación Americana de Psicología (APA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) plantean que el 5% de adultos en todo el mundo padecen depresión y que el 4% de la población mundial padece algún trastorno de ansiedad, siendo estos los problemas de salud mental principales dentro de la sociedad. Al hablar de ambientes laborales, en la lista se posicionan el estrés laboral y el burnout con porcentajes que oscilan entre 2,2% y el 69,2% en la población mundial. En el 2019 la OMS los incluyó en la lista de enfermedades, debido a que en ese año, estos ya eran responsables de 3 millones de muertes anuales.

Lo anterior se convierte en un riesgo para las organizaciones, puesto que como lo afirma la OMS, estos cuadros de salud mental amenazan el buen funcionamiento, la productividad y el cumplimiento de los resultados de la organización.

Cualquier persona puede sufrir problemas de salud mental. Estos pueden ocurrir derivados del trabajo o aparecer relacionados a otras variables y afectar el trabajo. Por esto, cada vez son más las organizaciones empoderadas frente a la salud mental de sus colaboradores, trabajando por mejorar sus conocimientos sobre este tema y diseñando planes para prevenir los problemas de salud mental y afrontarlos adecuadamente cuando se evidencian.

BUSCAMOS DISMINUIR:

METODOLOGÍAS:

- Dificultades en la productividad, el desempeño y la calidad del trabajo.
- Ausentismo, incapacidades, rotación y bajas.
- Conflictos interpersonales en el ambiente laboral.
- Manejos inadecuados de los problemas de salud mental.
- Discriminación, actitudes negativas y estigma ante los problemas de salud mental.
- Casos de estrés o desgaste laboral.

- Teórica
- Práctica
- Experiencial
- Estrategias, técnicas, repertorios y entrenamientos desde la evidencia científica

ENTRENAMIENTOS



1. GESTIÓN CONSCIENTE DE LA SALUD MENTAL EN EL TRABAJO *Para Líderes*

Dirigido a: Líderes (con personas a cargo) y RRHH

Duración: 16 horas

Máximo: 25 personas

Inversión: 17.200.000 + IVA



2. AUTOGESTIÓN CONSCIENTE DE LA SALUD MENTAL EN EL TRABAJO *Para Colaboradores*

Dirigido a: Todos los colaboradores

Duración: 8 horas

Máximo: 25 personas

Inversión: 8'800.000 + IVA



3. CRISIS COMO POSIBILIDAD

Dirigido a: Todos los colaboradores

Duración: 4 horas

Máximo: 25 personas

Inversión: 5.200.000 + IVA

ENTRENAMIENTOS

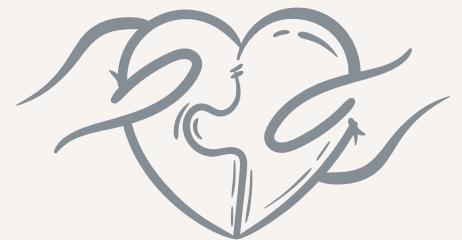
4. RELACIONES CONSCIENTES EN EL TRABAJO

Dirigido a: Líderes (con personas a cargo) y RRHH

Duración: 8 horas

Máximo: 25 personas

Inversión: 8'800.000 + IVA



**Para conocer el contenido de cada uno de nuestros entrenamientos
Contáctanos.**

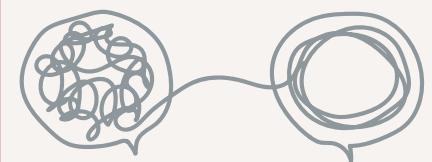
**Todos los entrenamientos cuentan con la opción de training para
facilitadores internos.**

**Todos los entrenamientos estarán sujetos a ajustes de temas, horas y
costos, de acuerdo a las necesidades de la organización.**

OTROS RECURSOS DE INTERVENCIÓN

LÍMITES EN LAS RELACIONES LABORALES

MANEJO DEL ESTRÉS



BALANCE VIDA - TRABAJO: AUTOCUIDADO

EL TRABAJO Y LOS RETOS DE LA ETAPA DE LA VIDA: ADULTEZ



COMPRENSIÓN DE LAS DIFERENTES GENERACIONES EN EL MUNDO LABORAL

ACOMPAÑAMIENTO EN PROCESOS DE INCLUSIÓN LABORAL

Todos los temas se pueden desarrollar en diferentes formatos según las necesidades de la organización: taller, conferencia, masterclass y entrenamiento. El costo se convendrá de acuerdo al formato elegido.