



GENERALITAT
VALENCIANA

TOTS
A UNA
veu

iVACE
INSTITUT VALENCIÀ DE
COMPETITIVITAT EMPRESARIAL

CEEI
ELCHE
CENTROS EUROPEOS DE
EMPRESAS INNOVADORAS

WEBINAR

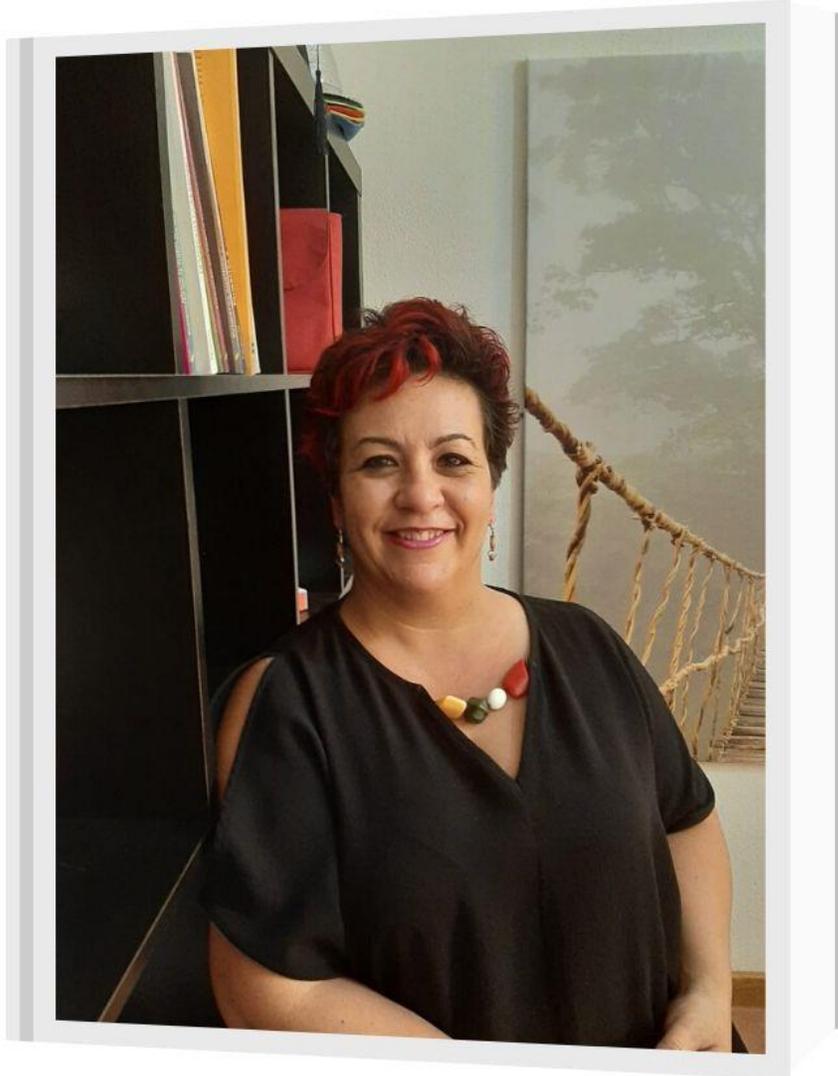
FELICIDAD Y ACTITUD POSITIVA EN LA EMPRESA

MIÉRCOLES, 9 DE SEPTIEMBRE
12.00 HORAS

Con **Beatriz Muñoz**
Coach, formadora y
consultora



¿Quién soy yo?



Coach y formadora experta en
Inteligencia Emocional.
2012 Trabajo con particulares,
empresa y administración pública.
Formadora acreditada por el IMIO en
materia de igualdad de género y
oportunidades.

Algunas de las empresas y entidades que han confiado en mí



AYUNTAMIENTO DE ASPE

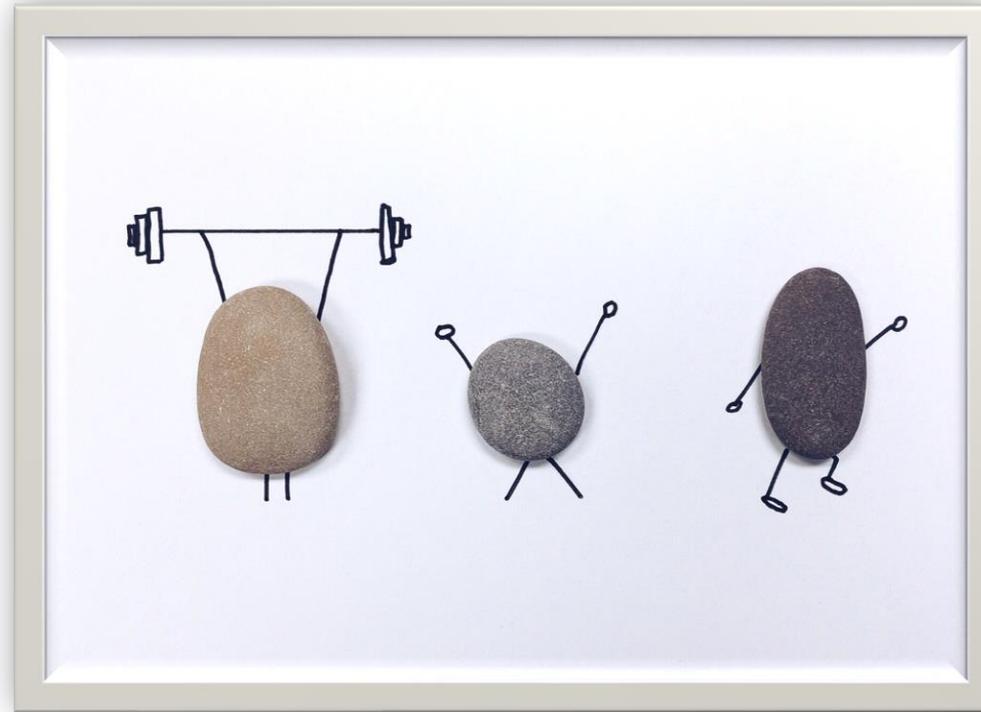




¿Satisfacción?

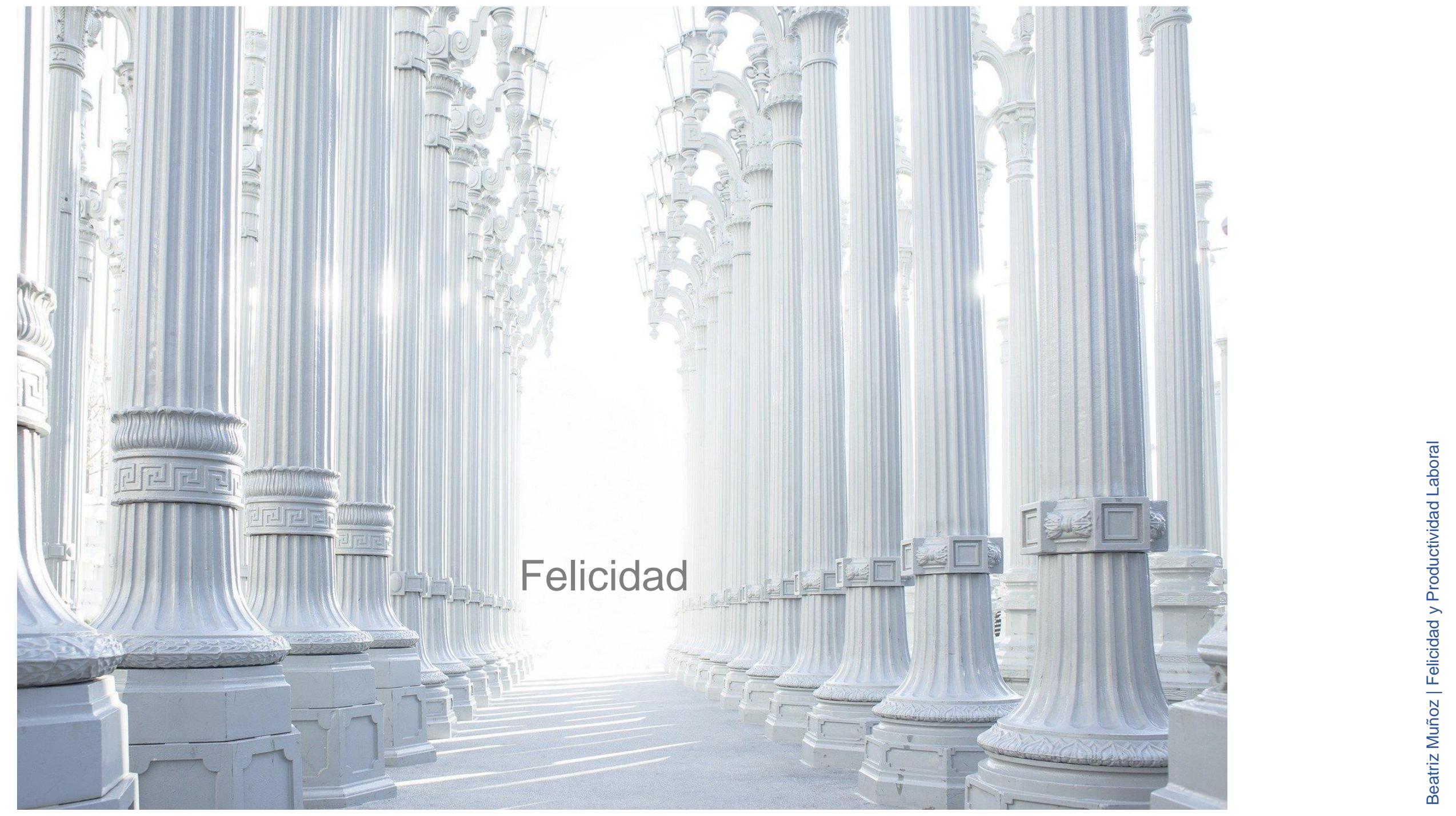


¿Bienestar?





¿Felicidad?



Felicidad

A close-up photograph of a red and blue parrot, likely a Red-tailed Tropicbird, looking slightly to the right. The parrot has vibrant red plumage on its head and neck, and blue feathers on its wings and back. It has a large, dark, hooked beak. A red thought bubble is positioned above the parrot's head, containing text in Spanish. The background is a soft, out-of-focus white and light gray.

Qué es la
felicidad
Qué hace felices
a las personas



Autorrealización + metas (eudemonismo)



Valerse por sí mismos, ser autosuficientes y no tener que depender de nadie



La clave de una vida feliz es acumular la mayor cantidad de placer y reducir al máximo el dolor

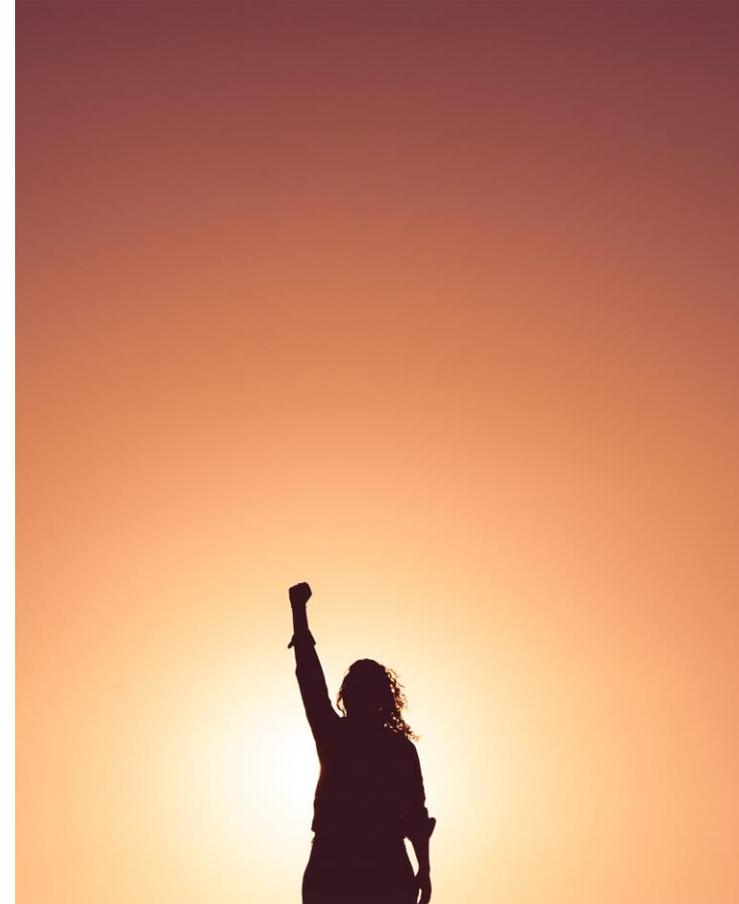
hedonismo

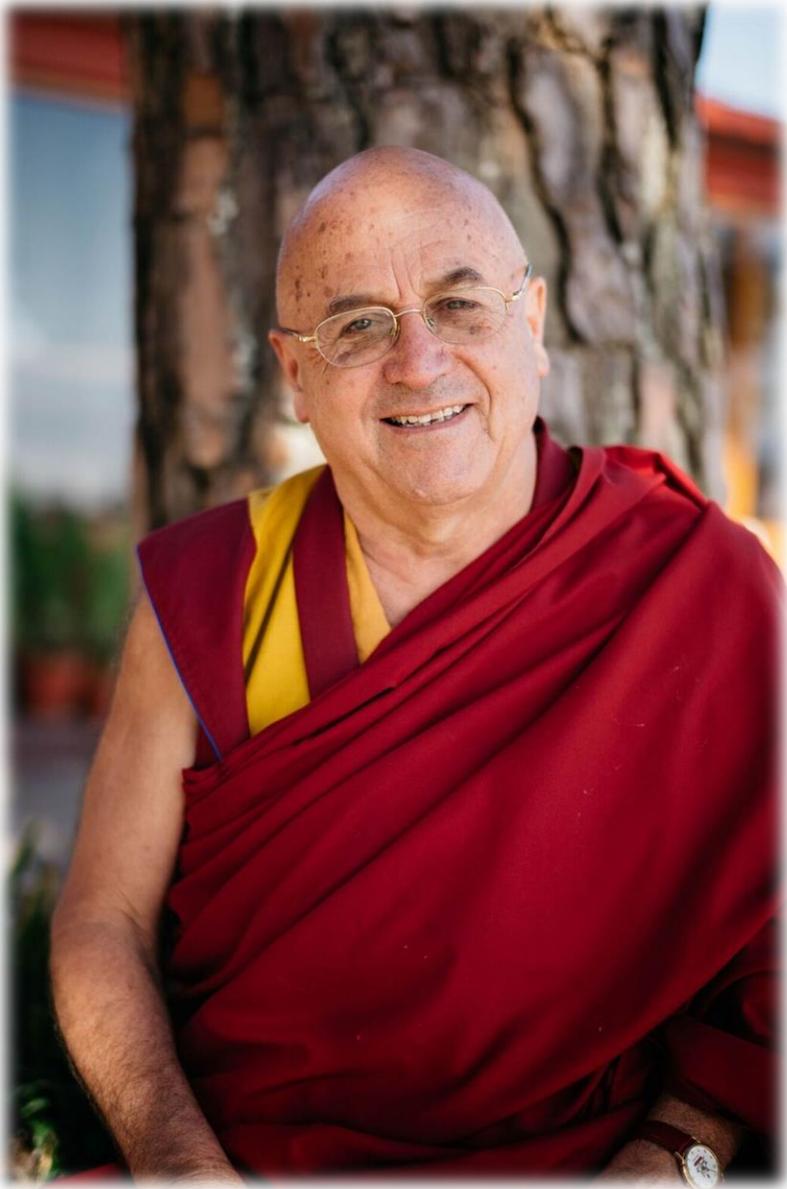


Racionalismo



Nuevo Pensamiento



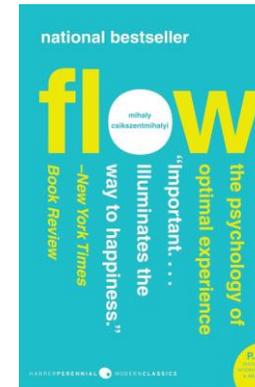


Matthieu Ricard

El hombre más feliz del mundo



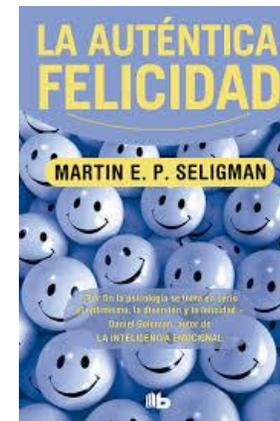
Mihaly Csikszentmihalyi



Sonja Lyubomirsky

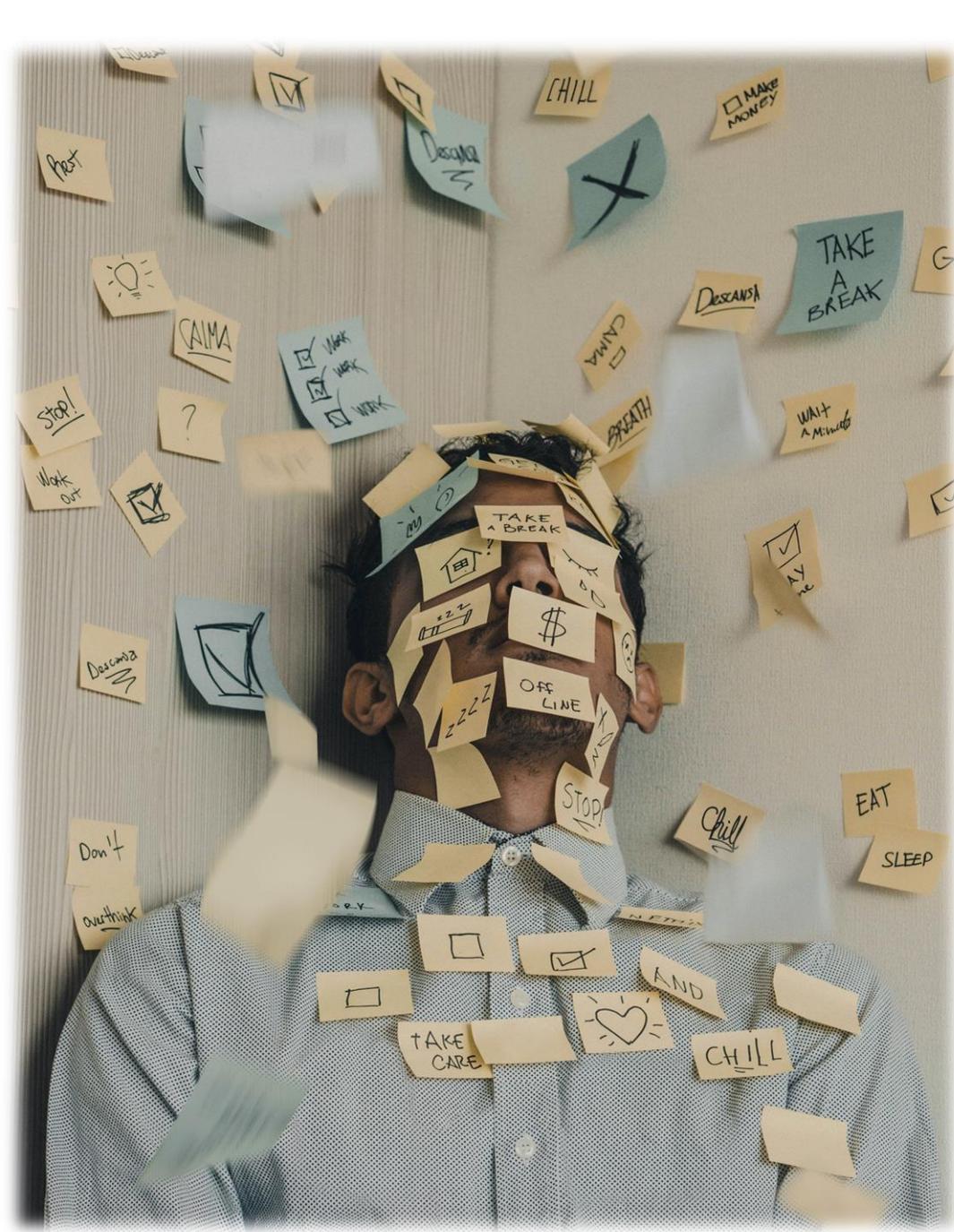
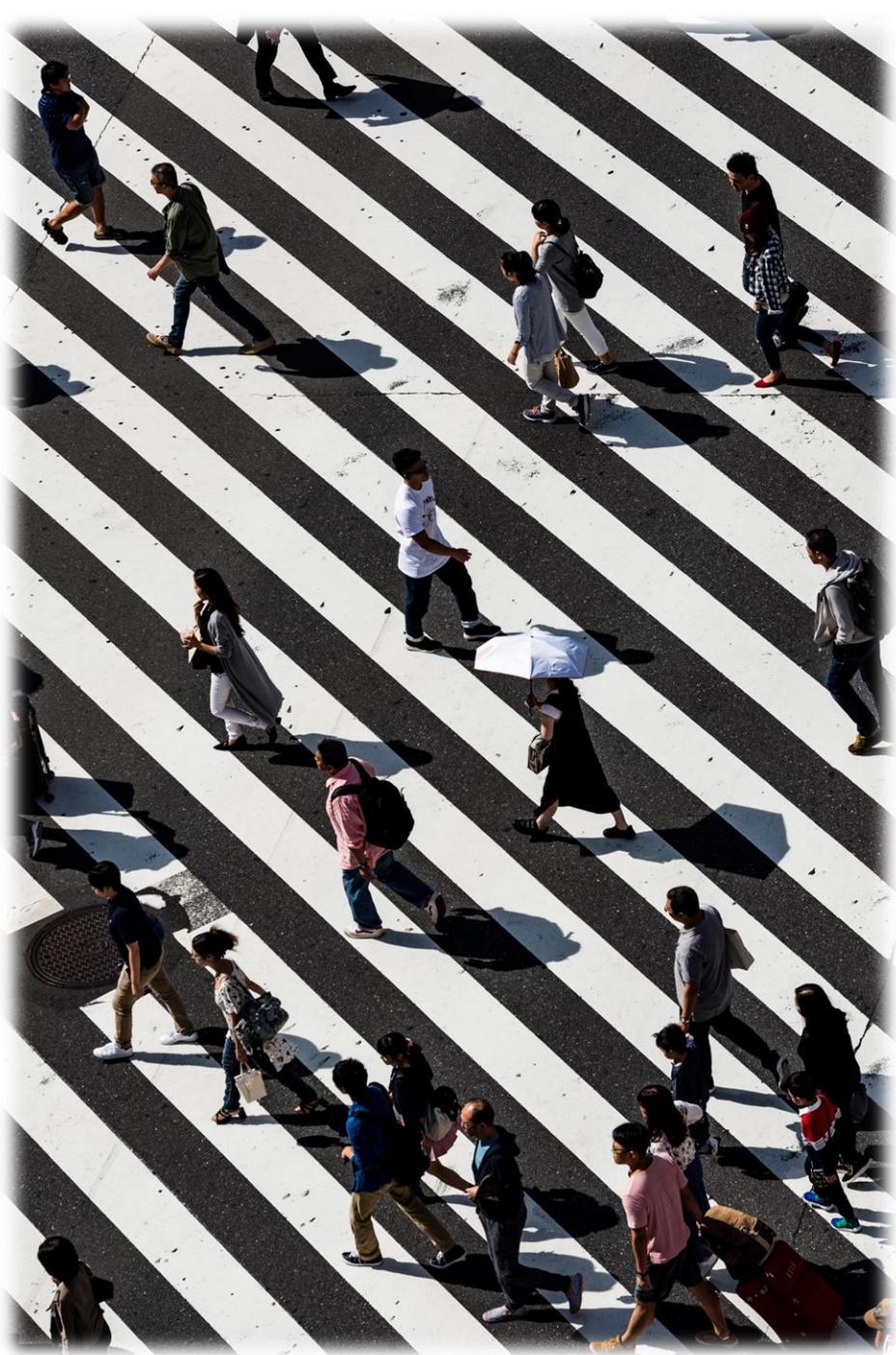


Martin Seligman











LPRL



Economía de la Felicidad





GOOD
VIBES
ONLY

Los empleados con un alto nivel de capital emocional son un **31% más productivos** y tienen una repercusión favorable en su salud de un **21% superior** al grupo de control.



Jerarquía: la alta dirección presenta unos índices de bienestar por encima de la media, mientras que el personal de atención al público y los mandos intermedios se sitúan en la franja más baja.

Tamaño: las de menos de cien trabajadores cuentan con una plantilla con niveles de bienestar más altos que las empresas de entre quinientos y mil empleados.

Género: los hombres tienen un bienestar emocional un 7,4 por ciento superior a las mujeres y, en general, se sienten más reconocidos en su trabajo.

¿Qué factores repercuten en mayor medida en la productividad y en el bienestar laboral?



Experimentos en el campo de la psicología +

- ❑ Modifican las perspectivas de las personas, ampliando el alcance de la atención, ampliando los repertorios conductuales, e incrementando la intuición y la creatividad;
- ❑ Modifican las buenas sensaciones corporales, ayudando a la recuperación de las secuelas de los problemas cardiovasculares, y alterando la asimetría frontal del cerebro;
- ❑ Previenen la salud física y mental, aumentando la capacidad de afrontar las adversidades, aumentando la felicidad, permitiendo un crecimiento psicológico, reduciendo el nivel de hidrocortisona (cortisol), las respuestas inflamatorias al estrés y las molestias físicas, aumentando la resistencia del sistema inmunológico
- ❑ Aumentan las probabilidades de una vida más larga.

Aún hay más!!

Las emociones positivas pueden afectar constantemente a las tres dimensiones de la motivación, ayudando a elegir la dirección (selección de una acción),

dosificando oportunamente el esfuerzo necesario para llevar a cabo la acción (intensidad de la acción)

y, finalmente, actuando con perseverancia para alcanzar el objetivo seleccionado (duración de la acción).



*Amplificación del
impacto positivo*



Autoeficacia:

- ✚ Elegir positivamente.
- ✚ Motivar y esforzarse más.
- ✚ Ser perseverante.
- ✚ Pensar positivamente.
- ✚ Resistir al estrés.
- ✚ Esperanza
- ✚ Optimismo
- ✚ Felicidad o bienestar individual
- ✚ Inteligencia Emocional



¿Sentido pertenencia?

Cuanto más alto es el nivel de felicidad y emociones positivas de los trabajadores, más fuerte es el vínculo entre la satisfacción en el trabajo, la ejecución y los resultados.

Valoremos

¿Qué ganas con una empresa feliz?

- Ganas en Salud, Bienestar y Seguridad de tu equipo de trabajo
- Mejoras la imagen de la empresa y el sentido de pertenencia
- Aumentas la motivación y compromiso de tu equipo
- Atraes, fidelizas y potencias el talento
- Consigues la integración de equipos de trabajo
- Mejoras la productividad y las ventas

¿Qué pierdes con una empresa feliz?

- Menos bajas laborales, menos absentismo laboral y menos rotación de personal.

¿Interesante?

¿Datos ROI?

No sólo se incrementan los beneficios, sino que se reducen gastos.

Fred Luthans, Universidad de Nebraska, calculo el retorno de la inversión de los empleados felices, determinando que la introducción de una estrategia conservadora para incrementar la motivación laboral y la motivación empresarial de las plantillas conlleva un **aumento del ROI del 2% anual**, lo que se traduce en más de 500 millones de dólares en una empresa tipo mediana

Instituto Oxford: Las personas con índices mayores de felicidad en su trabajo tienen un **rendimiento mayor**: dedican el 80% de su tiempo a las tareas encomendadas, es decir, 4 días de 5 a la semana. En cambio, la dedicación a las labores que deben desempeñar de las personas con índices de no felicidad en el trabajo disminuye hasta el 40% de su tiempo

Las personas felices son un **86% más creativas** (Universidad de Berkeley)

Gallup (Consultora Internacional): : Aquellas organizaciones donde la felicidad laboral es más elevada obtienen una media en ventas de entre **80000 y 120000 dólares más por mes**. Una empresa feliz **aumenta un 10% las calificaciones de clientes**. Una empresa feliz tiene un **55% menos de rotación de personal**. Una empresa feliz **fideliza un 44% más a sus empleados**. Una empresa feliz tiene un **41% menos de absentismo**. Una empresa feliz tiene un **58% menos de problemas de seguridad**. Una empresa feliz tiene un **40% menos de productos defectuosos**.

Un trabajador feliz, motivado y satisfecho con su trabajo consigue un **aumento del 37% de las ventas, del 31% de la productividad y del 19% en la eficacia** además, los **empleados infelices tienen una media de 15 días más de baja por enfermedad** que la media

Un empleado feliz es un **300% más creativo e innovador**

Un empleado feliz tiene un **125% menos de estrés**

Las personas felices son un **43% más productivas**

El **coste de reemplazar un empleado está entre el 50% y el 150% del salario**

El **coste de la rotación es de 6 a 9 meses el salario** de un empleado (Society for Human Resource Management)

Una empresa feliz tiene un **66% menos de bajas laborales** (Forbes)

El retorno de la inversión (ROI) es de 2,54 euros por cada euro invertido en programas de bienestar.

bajas laborales 66%

rotación personal 65%

absentismo 50%

P. defectuosos 41%

compromiso 100%

creatividad 80%

energía 65%

Productividad 43%

Ventas 20%

¡ ESTRATEGIA!

HOY VA A SER
LA CAÑA



mr.
wonderful*

MRWONDERFUL.ES
#MRWONDERFULSHOP





DE VEZ EN CUANDO,

deja que
SE TE VAYA
la pinza

*mr.
wonderful**

MRWONDERFUL.ES
#MRWONDERFULSHOP





KPI
(KEY PERFORMANCE
INDICATOR)



Experiencia empleado

Experiencia cliente

Mejora tu experiencia de cliente creando una buena experiencia de empleado.

TEAM EXPERIENCE JOURNEY



AITOR BELDA DÍEZ

Licenciado en Ciencias del Deporte, con postgrados relacionados con la Enseñanza y la Actividad Física para la salud y el rendimiento.

"Utilizo como herramienta de trabajo el Ejercicio Físico, para ayudar a las personas a mejorar su calidad de vida laboral y personal."

Team Experience Journey es un Outdoor Training, una formación creada por una serie de actividades y ejercicios al aire libre y unas sesiones de análisis.



Los participantes descubren, aprenden e incorporan los conocimientos, las habilidades y las conductas específicas que les llevarán a **desarrollarse personalmente y a mejorar el rendimiento y la eficacia del equipo.**





☞ Guía Felicidad y Productividad Laboral

☞ Info Team Building

munoz.formación@gmail.com

649 31 39 11