



**DIPLOMADO EN**

**FELICIDAD Y BIENESTAR**

**INTEGRAL**

# Resultado de aprendizaje:

## Nuestro propósito

Desarrollar altas competencias de liderazgo en felicidad y bienestar integral en los participantes para su crecimiento personal, profesional, gestión de sus equipos y organización.

## ¿Qué aporta esta Certificación?

- El desarrollo personal y profesional con un enfoque de felicidad y bienestar integral.
- Aprendizaje de teorías y herramientas que impacten en las diferentes áreas vitales logrando su equilibrio.
- La integración de dinámicas altamente efectivas para la puesta en marcha de las herramientas entregadas en los equipos, organización y vida propia.
- El desarrollo de altas competencias de autogestión de emociones, relacionamiento y comunicación.
- El poder liderar la felicidad y el bienestar integral dentro de los equipos y la organización.

## Dirigido a:

- Líderes y ejecutivos que desean impulsar a los miembros de su equipo y/u organización creando una cultura de felicidad y bienestar integral.
- Personas interesadas en profundizar en su desarrollo personal y en mejorar su calidad de vida a partir del diseño de su propia versión de felicidad.
- Personas en búsqueda de herramientas de bienestar para facilitar sus procesos de transformación y lograr el equilibrio en sus áreas vitales

# Contenido

## Módulo 1

- Conceptos de Felicidad y bienestar integral
- Psicología Positiva
- Felicidad Personal
- Impulsores de la felicidad
- Modelo Dr. Tal Ben Shahar
- Dimensiones del ser integral
- Trabajo, carrera o vocación
- Propósito y sentido de vida Atención plena

## Módulo 2

- Seguridad Psicológica como cultura en los equipos y en la organización
- Método IMC (Integralidad mente cuerpo MBI, Mind-Body Integrality) Energía vital
- Teoría de la autopercepción, actuar como si...
- Estudio científico de Ellen Langer
- Qué podemos hacer para cambiar hábitos

## Módulo 3

- Las zonas azules del planeta y qué podemos aprender de ellas
- Las habilidades del relacionamiento efectivo Psicología Social
- Las características de las relaciones de alta calidad
- Los potenciadores de las relaciones personales y profesionales
- El metamodelo lingüístico en la comunicación
- La necesidad de adherirnos a nuestra propia naturaleza y su biología.
- Principio La curiosidad y la apertura a la experiencia
- El aprendizaje profundo satisface nuestras necesidades racionales
- El arte de hacer preguntas poderosas para encontrar recursos internos.

## Módulo 4

- Herramientas para crear una cultura de la felicidad
- Las emociones y su gestión
- El permiso para ser humanos
- Cuáles son las 3 E (evento, evaluación y emoción) dentro modelo terapéutico cognitivo
- Los destructores de vínculos
- Gratitud y atención plena como dinámica de vida

# Experto facilitador

## **ILENE DAZA**

Autora de los libros el líder que sí transforma y ¿Como desarrollar la alta competencia?  
CEO de ID International Coaching and Consulting  
Creadora de la academia online de formación ejecutiva LIDERESNET  
Business Partner de HCN World  
Consultora experta en Growth Management  
Coach internacional certificada en Team Coach y Grado Máster en Programación Neuro-lingüística.

Las academias internacionales que la certifican son: la ITA de Inglaterra, Jhon Grinder creador de la Pnl y la ICC International Coaching Community de Inglaterra, Growth Management Institute de España. Es Miembro de la junta directiva de ANCOACH - Asociación Nacional de Coaching.

Formadora de liderazgo, comunicación y habilidades ejecutivas.  
Entrenadora certificada en felicidad y bienestar integral por el doctor Tal Ben Shahaar, Italia 2023.

Es catedrática en el Prime Business School de la Universidad Sergio Arboleda de Bogotá, Universidad del Norte de Barranquilla y Universidad del Rosario, en el área de educación continua y estudios superiores donde dicta Coaching, Programación Neurolingüística, Liderazgo, habilidades blandas.  
Sus publicaciones y testimonios se pueden ver en [www.ilenedaza.com](http://www.ilenedaza.com).



# CERTIFICACIÓN **FELICIDAD** **Y BIENESTAR** INTEGRAL

## **Mayor información**

[cec@uninorte.edu.co](mailto:cec@uninorte.edu.co)

[@cecuninorte](https://www.instagram.com/cecuninorte)

Teléfonos: 3509509 ext. 3800