

# LIDERAZGO

## *hacia la salud comunitaria*



### **OBJETIVO**

Fortalecer las habilidades de liderazgo, comunicación, gestión emocional y toma de decisiones en comunidades. A través de un enfoque práctico e introspectivo, los participantes desarrollarán estrategias para la gestión de equipos y bienestar comunitario.



### **PARA**

Personas con roles de liderazgo y coordinación de equipos en las comunidades.

# ESTRUCTURA

- Número de sesiones: **15 + 4 retos**
- Duración por sesión: **2 horas**
- Total de horas del programa: **30 horas**
- El programa está dividido en **5 bloques**, cada uno con 3 sesiones, seguido de un reto práctico para aplicar lo aprendido.
- Frecuencia: **Cada 8 días**, con descansos entre cada bloque.
- Inicio: **Lunes 05 de mayo de 2025**
- Cierre: **Lunes 15 de septiembre de 2025**
- Modalidad: **100% virtual**
- Aporte: **S/250 | \$70 USD**

## AUTOCONOCIMIENTO *y diagnóstico del liderazgo*

### BLOQUE 1



Del lunes 05 de mayo al 19 de mayo de 2025



**HORARIO:** 18:00 a 20:00  
Hora Perú

El enfoque de las sesiones iniciales será proporcionar una preparación introspectiva y diagnóstica para los participantes, ayudándoles a identificar sus estilos de liderazgo, necesidades personales y comunitarias, y reflexionar sobre su rol como líderes.

## DIAGNÓSTICO DE LIDERAZGO *Personal y Comunitario*

### SESIÓN 1 | Lunes 05 de mayo

Comprensión inicial de su estilo de liderazgo y el contexto comunitario en el que actúan.

- Fundamentos del Liderazgo hacia la salud comunitaria y las Organizaciones como Sistemas Vivos.
- ¿Que és la salud comunitaria y cómo liderarla?
- Test de estilos de liderazgo para identificar fortalezas y áreas de mejora. En dónde estoy y hacia donde quiero llegar como líder.

## EL SER DEL LÍDER

### *Conciencia y Narrativa Personal*

**SESIÓN 2** | Lunes 12 de mayo

Mayor claridad sobre el propio ser como líder y sus motivaciones profundas.

- Exploración de la historia personal de mi liderazgo: “¿Cómo llegué a ser líder?”
- Sombras y luces del liderazgo.
- Reconstrucción de narrativas personales sobre el propósito como líder.
- Autoconciencia emocional y las conciencias personales del líder.

## GESTIÓN DE LAS NECESIDADES

### *de las Comunidades*

**SESIÓN 3** | Lunes 19 de mayo

Una visión clara de cómo las necesidades de la comunidad conectan con el liderazgo personal.

- Identificación y reflexión sobre las principales necesidades de las comunidades lideradas. Reconocer desafíos y oportunidades de liderazgo en sus contextos específicos.
- Mapeo de recursos disponibles y desafíos comunitarios.
- Cómo alinear el liderazgo con los valores y metas de la comunidad.

# COMUNICACIÓN

## *y cohesión de equipos*

**BLOQUE 2**



**Del lunes 26 de mayo al 9 de junio**



**HORARIO:** 18:00 a 20:00  
Hora Perú



**RETO 1 Y 2:** 16 de junio - Compartir narrativas de liderazgo  
23 de junio - Implementar una estrategia de retroalimentación

Desarrollar habilidades para mejorar la comunicación y construir equipos sólidos.

## **ESCUCHA ACTIVA Y COHERENCIA MENTE,** *corazón y voluntad*

**SESIÓN 4** | Lunes 26 de mayo

- Estrategias para mejorar la escucha y la empatía.
- Rondas de escucha con feedback estructurado.
- Diferentes niveles de escucha según la coherencia cardiaca.

## **DIÁLOGO APRECIATIVO, Y RESOLUCIÓN** *de conflictos interpersonales*

**SESIÓN 5** | Lunes 2 de junio

- Transformación de conflictos en oportunidades.
- Técnicas de resolución de conflictos en entornos complejos.
- Juego de roles en mediación de conflictos.

## **TÉCNICAS DE RETROALIMENTACIÓN** *y asertividad en situaciones difíciles*

**SESIÓN 6** | Lunes 9 de junio

- Cómo dar y recibir feedback sin generar resistencia.
- Prácticas de retroalimentación efectiva y casos reales

---

**Reto 1. (Semana del 16 de junio): Reflexión y Conexión:** Encuentro en pequeños grupos para compartir sus narrativas de liderazgo y reflexionar sobre los aprendizajes hasta ahora.

**Reto 2. (Semana 23 de junio): Aplicación en Comunidad:** Implementar una estrategia de retroalimentación efectiva en su comunidad y documentar la experiencia. Se compartirán reflexiones en un foro de discusión.

# GESTIÓN DE EQUIPOS

## *y diversidad*

### BLOQUE 3



**Del lunes 30 de junio al 14 de julio**



**HORARIO:** 18:00 a 20:00  
Hora Perú



**RETO 3 Y 4:** 21 de julio - Trabajo en grupo para analizar un caso real de liderazgo  
28 de julio - Trabajo personal: analizar los perfiles de las personas de sus equipos

Aprender a gestionar equipos diversos y construir confianza

## LIDERAZGO SITUACIONAL

### *y adaptación al contexto*

**SESIÓN 7** | Lunes 30 de junio

- Identificar el estilo de liderazgo adecuado para cada equipo y persona.
- Técnicas para liderar con una jerarquía sana y equilibrar el uso del poder.
- Caso práctico: Diferentes escenarios de liderazgo.

## INCLUSIÓN Y GESTIÓN DE

### *la diversidad en equipos*

**SESIÓN 8** | Lunes 07 de julio

- Diversidad generacional, cultural y ética. Reconocer y aprovechar las diferencias como fortalezas.
- Dinámicas de roles para fomentar cohesión en equipos diversos.
- Foro: Compartir experiencias personales de diversidad, discriminación y uso de poder.

# CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA

## *y equidad en grupos*

**SESIÓN 9** | Lunes 14 de julio

- Cómo crear ambientes seguros para la colaboración.
- Toma de decisiones y reuniones de equipos sociocráticos: Inclusión de todas las voces y perspectivas.

**Reto 3 (Semana 21 de julio): Trabajo en grupo:** Cada participante será parte de un grupo de mentoría que deberán analizar juntos un caso real de liderazgo y presentar su aprendizaje en la siguiente sesión. 9

**Reto 4 (Semana 28 de julio). Trabajo personal:** Analizar los perfiles de las personas de sus equipos.

# GESTIÓN EMOCIONAL

## *y resiliencia*

**BLOQUE 4**



**Del lunes 04 de agosto al 18 de agosto**



**HORARIO:** 18:00 a 20:00  
Hora Perú



**RETO 5:** 11 de agosto. Plan de autocuidado y bienestar aplicado en la comunidad

Manejar las emociones colectivas y fortalecer la resiliencia.

# GESTIÓN DE EMOCIONES COLECTIVAS

## *en la comunidad*

**SESIÓN 10** | Lunes 04 de agosto

- Estrategias para liberar resentimientos y fomentar la empatía y el perdón.
- Prácticas integradoras para promover la paz interior y la presencia.
- Ejercicio: Círculo de sanación grupal.

## PREVENCIÓN DEL BURNOUT *y estrategias de autocuidado*

**SESIÓN 11** | Lunes 11 de agosto

- Balance entre liderazgo y bienestar personal.
- Estrategias de afrontamiento del estrés y la ansiedad.
- Reto: Implementar una práctica de autocuidado en la rutina semanal.

## SABERES DEL BUEN VIVIR PARA *la sostenibilidad del liderazgo*

**SESIÓN 12** | Lunes 18 de agosto

- Alimentación, descanso, hábitos saludables.
- Reto: Implementar un plan personal de autocuidado y compartirlo con un compañero de confianza para recibir feedback y compromiso mutuo.

---

**Reto 5 (Semana del 25 de agosto): Bienestar:** Implementar un plan comunitario de autocuidado y empezar a aplicarlo en la comunidad.

## COORDINACIÓN *e Innovación de equipos*

**BLOQUE 5**



**Del 1 de septiembre al 15 de septiembre**



**HORARIO:** 18:00 a 20:00  
Hora Perú

Aprender a coordinar acciones y fomentar soluciones creativas.

## **COORDINACIÓN DE ACCIONES** *y liderazgo colaborativo*

**SESIÓN 13** | Lunes 01 de septiembre

- Distribución de tareas sin generar tensiones.
- Ciclo de coordinación de acciones: Pedidos - acuerdos - Reclamos - Negociación.
- Caso práctico: Planificación estratégica en equipos.

## **SOLUCIONES CREATIVAS E INNOVACIÓN** *en la resolución de problemas*

**SESIÓN 14** | Lunes 08 de septiembre

- Uso del arte, juego y música para desbloquear nuevas perspectivas.
- Prototipando soluciones: Visionando el futuro de nuestras comunidades.
- Ejercicio: Brainstorming visual para encontrar soluciones innovadoras.

## **EVALUACIÓN Y APLICACIÓN** *práctica del liderazgo*

**SESIÓN 15** | Lunes 15 de septiembre

- Reflexión sobre aprendizajes clave.
- Construcción y fortalecimiento de redes de apoyo y liderazgo colaborativo.
- Estrategias para fortalecer redes de liderazgo.
- Revisitar el plan inicial como Líder y reflexionar sobre los cambios generados.
- Diseño de planes de acción a largo plazo.
- Actividad final: Compromiso de acción para aplicar lo aprendido.

# INCLUYE

- 15 sesiones de 2 horas cada una (5 bloques):
- 30 horas de trabajo participativo online
- 4 retos entre bloques
- 2 Facilitadores
- Material de trabajo por sesión.
- Diseño y seguimiento de retos de trabajo.
- Plataforma zoom para las sesiones de seguimiento.
- Cupos limitados para favorecer la dinámica y el aprendizaje.

## EQUIPO DE FACILITADORES



### Claudio Pereira

Ecopsicólogo. Psicólogo. Doctor en Comunicación y Desarrollo. Psicoterapeuta Transpersonal Integral. Co-creador del Modelo Koru Transformación. Especialista en psicología social comunitaria.



### Marian Rios

Ecopsicóloga. Psicóloga. Magister en Antropología Social. Psicoterapeuta Transpersonal Integral. Co-creadora del Modelo Koru Transformación. Especialista en prácticas de regeneración ecopsicosocial.



**Conferencia de Religiosas/os de Perú**  
[www.conferperu.org](http://www.conferperu.org)