

## Curso de Felicidad Eficiente

### La importancia de ser felices en el trabajo

---

#### 1. Objetivos:

En Efficient Happiness creemos que la educación es la base de la sociedad.

Ser feliz en el trabajo es un derecho, no un privilegio. Con esta máxima expresamos lo que consideremos fundamental para la vida de las organizaciones: la felicidad es cuestión de supervivencia empresarial.

La felicidad de las personas en una organización origina compromiso y alineación con su visión y misión. Ello conduce a una mejora de la eficiencia y a ofrecer su mejor versión. Asimismo, la productividad aumentará y, en un entorno cambiante como el de hoy, conseguiremos atraer y retener el mejor talento y se mejorará el servicio al cliente.

En este curso se enseñarán los principios básicos que ayudarán a mejorar la vida de las personas y de las organizaciones. En definitiva, se obtendrán las herramientas para ser felices en el trabajo y conseguir organizaciones más sólidas.

En las sesiones se utilizará el método socrático. Este sistema docente convierte al profesor en un guía en el camino al conocimiento, permitiendo que los alumnos sean los verdaderos protagonistas.

---

#### 2. Programa docente:

1. Introducción: ¿Por qué despertar felices?
2. Qué es la Felicidad Eficiente: cuestión de supervivencia de las organizaciones. Productividad, eficiencia, fidelización y atracción de talento y mejora de servicio al cliente. Reputación de la organización: Casos reales.
3. ¿Qué esperamos cuando vamos a trabajar? No olvidemos quiénes fuimos cuando dirijamos equipos.
4. Propósitos vitales vs propósitos profesionales. La confluencia de ambos y afectación en el trabajo.
5. Del líder de la tribu al jefe del equipo: ¿Qué es un verdadero líder?

6. Secretos biológicos de la felicidad: Es cuestión de hormonas y antropología.
7. La importancia de la amistad: dirigiendo a personas, no a números.
8. Los miedos irracionales del trabajo y el fracaso del equipo: resiliencia.
9. El poder de la inteligencia emocional: la magia de la empatía bidireccional. Consciencia de uno mismo, autogestión, consciencia social y gestión de las relaciones en el trabajo.
10. El motor de las organizaciones: las personas. Cultura de la organización.
11. Principios básicos de la felicidad en el trabajo: a) Comunicación, b) saber escuchar; c) motivar; d) reconocimiento y reto y e) ofrecer para obtener la mejor versión del equipo y que crezca.
12. La clave de la felicidad en el trabajo: El propósito. Alineación de intereses personales con visión de la organización.
13. Escuchar y comunicar como elementos especiales. Creación de una verdadera familia.
14. ¿Qué es el salario emocional? La demanda de los millennials y futuras generaciones. Motivaciones extrínsecas y motivaciones intrínsecas.
15. Casos reales de aumento de la productividad y fidelización gracias a la felicidad de la organización.
16. Los equipos felices mejoran del servicio al cliente. Conexión para la venta. Quienes primero te han de comprar son los empleados.
17. ¿Qué es un Chief Happiness Officer?

---

### 3. Duración:

El presente programa tiene una duración de 16 horas presenciales que pueden dividirse en bloques de dos o cuatro horas.

---

### 4. Equipo docente:

Las clases serán impartidas por Antonio Rodríguez Martínez, Socio Fundador y Director General de Efficient Happiness. En el trabajo de preparación participarán los demás miembros del equipo de Efficient Happiness, liderados por Joan Parés Serra.

**SER FELICES EN EL TRABAJO NO SOLO ES POSIBLE,  
SINO QUE ES NECESARIO.**