

EXPERIENCIA INMERSIVA EN LIDERAZGO COMPASIVO



»» **Conoce más.**
www.real-lax.com 



ÍNDICE

1. Experiencia inmersiva en liderazgo compasivo
2. Características y beneficios
3. Facilitadores
4. Inversión
5. Inquietudes -contacto

1 EXPERIENCIA INMERSIVA EN LIDERAZGO COMPASIVO



En un mundo cada vez más exigente, el estrés crónico, la ansiedad, la depresión y el síndrome de burnout se han convertido en problemas recurrentes que afectan el bienestar y el desempeño de los profesionales. Cuando estos estados se prolongan en el tiempo, generan efectos acumulativos que pueden distorsionar la percepción de la realidad y afectar la calidad de vida. En los casos más extremos, el sufrimiento emocional puede llevar a considerar el suicidio como única salida.

Conscientes de esta realidad, Real-Lax busca fortalecer la salud mental de los profesionales de la salud, a través de espacios de reflexión y aprendizaje transformador. Es fundamental generar conciencia sobre la importancia del autocuidado entre los equipos, fomentar la cohesión y el sentido de pertenencia, y proporcionar herramientas que les permitan afrontar los desafíos de la vida profesional con mayor equilibrio y resiliencia.

Metodología: Un Enfoque Vivencial y Transformador

El programa se desarrolla en tres momentos clave:



Exploración a través del ARTE. Las emociones incómodas necesitan salir del cuerpo, para esto nosotros elegimos el arte, pues es puente entre la vivencia emocional y la elaboración psíquica, cada persona podrá darle forma a su experiencia, agradecer y reconocer aquello que aún no ha sido dicho o comprendido.



Análisis colectivo. En este espacio se propicia una conversación horizontal donde los participantes comparten experiencias, desafíos y fortalezas desde su rol como líderes. Se trabaja sobre los principios de seguridad psicológica, empatía activa y narrativa compartida, promoviendo una red de apoyo entre pares y una mirada colectiva sobre el liderazgo en salud.



Biodanza y consciencia corporal. A través de la música, el movimiento y la consciencia corporal, se facilita la liberación de tensiones, se restablece la conexión consigo mismo y con los otros, y se activa una sensación interna de vitalidad y seguridad. Esta experiencia es fundamental para entrenar la autorregulación emocional, elemento central para liderar con claridad, contención y equilibrio en entornos clínicos complejos.

2 CARACTERÍSTICAS:

OBJETIVO:

Brindar a los profesionales una experiencia vivencial e introspectiva que les permita comprender el liderazgo compasivo como una herramienta concreta para acompañar, sostener y transformar sus equipos desde la consciencia emocional, la conexión auténtica y la presencia ética; fortaleciendo su rol como líderes humanos en contextos de alta exigencia sin perder su propia humanidad.



Grupo de 60 personas



Sesión presencial.



5 horas

BENEFICIOS:



Eleva la percepción del liderazgo clínico como referente positivo: Los líderes se convierten en modelos de empatía activa, ética relacional y compromiso emocional saludable.



Activa una cultura organizacional más humana y sostenible: Instala principios de cuidado, respeto y presencia en la toma de decisiones y la comunicación cotidiana.



Aumenta la cohesión y la confianza interpersonal: Fomenta espacios de conexión real entre líderes y equipos, fortaleciendo vínculos, pertenencia y clima organizacional.



Reduce el riesgo de burnout en líderes y colaboradores: Al integrar prácticas de autocuidado, conciencia corporal y gestión emocional, se disminuyen tensiones acumuladas y desgaste psíquico.

3 FACILITADORES



Ariel Alarcón Prada, M.D
Psiquiatra - Psicoanalista
Experto en trauma



JAHEL MARTINEZ MURCIA
Guía Transpersonal /
Gestión social



Fellow en medicina de la Psicosomática de la Universidad de Bonn (Alemania)



Docente de psiquiatría de las Universidades Rosario, Javeriana y Sanitas en Bogotá.



Autor de 8 libros para el manejo del estrés y de múltiples artículos científicos y periodísticos sobre mindfulness y salud mental.



Gerente general de la consultora de salud mental Real-Lax desde el año 2008.



Experta en educación Biocéntrica, Biodanza y prácticas Somáticas para la transformación humana y el tejido social.



Docente de Biodanza. Especializada en salud y acción social.



Gestora cultural, con 20 años de experiencia en comunidades



Moon Mother, Coach , guía de círculos, terapias holísticas.

4 INVERSIÓN

Servicio	Características logísticas	Valor
EXPERIENCIA INMERSIVA EN LIDERAZGO COMPASIVO	<ul style="list-style-type: none">• 5 Horas• Presencial en bogotá• 60 personas• Ejercicios prácticos• Actividades de arteterapia• Biodanza• Incluye materiales	*\$ 7.500.000 *Valor taller*
Es necesario que los participantes asistan con ropa y zapatos comodos.		

* NOTA ACLARATORIA: *

Los valores presentados en la presente propuesta económica, corresponden al valor neto, sin incluir viáticos ni impuestos, estos cargos serán aplicados posteriormente según corresponda.

7 INQUIETUDES, SUGERENCIAS


Nos gustaría reunirnos con ustedes para aclarar dudas frente a la propuesta

Gracias por su confianza en nosotros al elegirnos como aliados de bienestar emocional.



Contáctanos

www.real-lax.com 

relacionamiento.real.lax@gmail.com 

gerencia.real.lax@gmail.com 

[312 363 3306](tel:3123633306) 