DESARROLLO HUMANO Y BIENESTAR EN LAS ORGANIZACIONES

Capacitaciones y talleres para empresas en Panamá

Charlas psicoeducativas, talleres participativos y programas de varias sesiones para promover la reflexión, la comunicación respetuosa y el bienestar emocional.

PL Psicología | Licda. Pamela Leyton

Psicóloga general · Idoneidad profesional N.º 9094

Un programa diseñado alrededor de las necesidades de cada equipo

Los objetivos, la modalidad, el tamaño del grupo, el contenido y las condiciones se acuerdan antes de confirmar. Los espacios tienen un propósito educativo y no sustituyen atención psicológica individual ni servicios especializados de crisis.

Presencial en Panamá o virtual, según disponibilidad y alcance.

TEMAS DE CAPACITACIÓN

Áreas que podemos trabajar

01. Manejo del estrés laboral

Señales de sobrecarga, autocuidado y recursos de apoyo en el trabajo.

02. Comunicación y convivencia

Escucha, límites, respeto y conversaciones difíciles en los equipos.

03. Adaptación al cambio

Recursos para afrontar incertidumbre, nuevas responsabilidades y transiciones.

04. Trabajo en equipo

Actividades grupales de reflexión sobre coordinación y acuerdos.

05. Bienestar ante eventos difíciles

Psicoeducación y apoyo general sin sustituir protocolos de emergencia.

06. Organización y equilibrio

Prioridades, descanso, pausas y responsabilidades cotidianas.

FORMATOS DISPONIBLES

Tres opciones, según el objetivo

Charla psicoeducativa: Encuentro informativo y de sensibilización.

Taller participativo: Dinámicas, ejercicios y reflexión guiada.

Programa de varias sesiones: Secuencia de encuentros con contenidos acordados.

METODOLOGÍA Y PROPUESTA

Cómo trabajamos con tu organización

1. Comprender la necesidad

Tema, público, cantidad aproximada de participantes y contexto.

2. Definir objetivos y actividades

Contenido, formato, recursos, modalidad y duración.

3. Presentar una propuesta

Alcance, condiciones económicas y logística para aprobación.

4. Realizar la actividad

Facilitación y reflexión de cierre sobre aprendizajes y próximos pasos.

ALCANCE RESPONSABLE

La seguridad y el respeto son parte del trabajo

Estos servicios son educativos, no diagnósticos ni terapias individuales. Respetamos la diversidad y evitamos solicitar información clínica sensible de colaboradores. No se prometen resultados laborales o clínicos específicos.

Solicita una propuesta para tu empresa

WhatsApp: +507 6467-7136

Correo: psicopamelaleyton@gmail.com

Para cotizar: indica el tema, número aproximado de participantes, modalidad, lugar y fechas tentativas. Los costos se definen según el alcance.

Instagram y TikTok: @psicopamelaleyton