TeamsTalks ®

CONSULTORÍA DE CAPACITACIÓN EMPRESARIAL

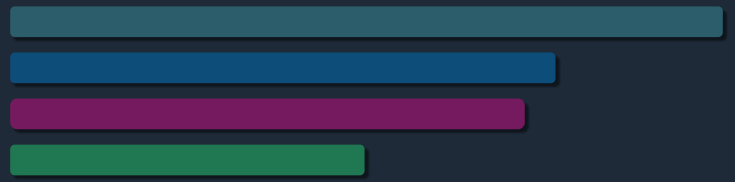
CATÁLOGO DE CAPACITACIÓN 2026

Desarrollo de Liderazgo

4 líneas de capacitación · 12 cursos

Modalidad presencial o en línea · Constancias DC-3.

Liderazgo estratégico y situacional · Coaching y liderazgo transformacional · Inteligencia conversacional · Negociación y manejo de conflictos · Marca personal · Effective Management



MAPA DEL CATÁLOGO

L1 **Liderazgo estratégico y gestión**
Dirigir con visión, método y capacidad de adaptación al cambio.

L2 **Comunicación, coaching e influencia**
Conversaciones que generan confianza, claridad y compromiso en el equipo.

L3 **Conflictos y negociación**
Convertir desacuerdos en acuerdos mediante la negociación y la mediación.

L4 **Desarrollo y bienestar del líder**
Marca personal, equilibrio y hábitos que sostienen a un buen líder.

ÍNDICE GENERAL

Todos los cursos de un vistazo

Cada curso puede impartirse por separado o combinarse en una ruta a la medida. La duración y la profundidad se adaptan a las necesidades de tu organización



NO.	LÍNEA	CURSO	HORAS			
01	L1	Liderazgo Estratégico y Situacional	6h	8h	16h	
02	L1	Introducción al Effective Management. Fundamentos para la Gestión Efectiva	8h	12h	15h	
03	L2	Coaching: Liderazgo Transformacional	8h	12h	20h	
04	L2	Inteligencia Conversacional			12h	
05	L2	Conversaciones Poderosas			9h	
06	L2	Improvisación Teatral. Herramientas para Enfrentar los Retos Diarios			8h	
07	L2	Storytelling. El Poder de las Historias			9h	
08	L3	Gestión Constructiva de Conflictos: Negocia, Media y Conecta	9h	15h	20h	
09	L4	Desarrolla tu Marca Personal como Líder	4h	8h	12h	16h
10	L4	Administración del Tiempo	8h	12h	15h	
11	L4	Manejo del Estrés y la Ansiedad	6h	8h	16h	
12	L4	Liderazgo para el bienestar. Cómo liderar equipos saludables sin perder el enfoque en resultados	8h	12h	15h	

L1 Liderazgo estratégico y gestión / Temario y detalle

TeamsTalks®



01 L1 Liderazgo Estratégico y Situacional

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	6 l 8 l 16 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Gerentes, líderes, supervisores, mandos medios y profesionales que requieran fortalecer sus habilidades de liderazgo para adaptar su estilo a las necesidades de sus equipos, afrontar situaciones de cambio y orientar sus decisiones hacia el logro de objetivos organizacionales.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes las habilidades necesarias para reconocer y fortalecer su estilo de liderazgo, aplicar enfoques estratégicos y situacionales, y adaptar sus decisiones y acciones a las necesidades del equipo y del entorno, favoreciendo el desarrollo de las personas y el logro de resultados organizacionales.

Temario:

1. Introducción al liderazgo estratégico y situacional.
2. Evaluación de estilos de liderazgo.
3. Liderazgo estratégico.
4. Liderazgo situacional.
5. Gestión del cambio y adaptabilidad.
6. Desarrollo de habilidades de liderazgo.
7. Potencializar mi propio liderazgo.



02 L1 Introducción al Effective Management: Fundamentos para la Gestión Efectiva

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	8 l 12 l 15 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Directivos, gerentes, líderes, supervisores, mandos medios y profesionales que requieran fortalecer sus habilidades de gestión para planificar, organizar recursos, coordinar equipos y dar seguimiento al cumplimiento de objetivos y resultados organizacionales.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes los conocimientos y herramientas necesarios para aplicar los fundamentos de la gestión efectiva mediante la planificación, la organización de recursos, el liderazgo de equipos y la evaluación del desempeño, favoreciendo el cumplimiento de objetivos y la mejora continua.

Temario:

1.- Introducción a la gestión efectiva.
2.- Planificación estratégica y establecimiento de metas.
3.- Organización y gestión de recursos.
4.- Liderazgo y motivación de equipos.
5.- Gestión del desempeño.
6.- Retroalimentación.
7.- Control y mejora continua.

L2 Comunicación, coaching e influencia / Temario y detalle



03 L2 Coaching: Liderazgo Transformacional

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	8 I 12 I 20 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

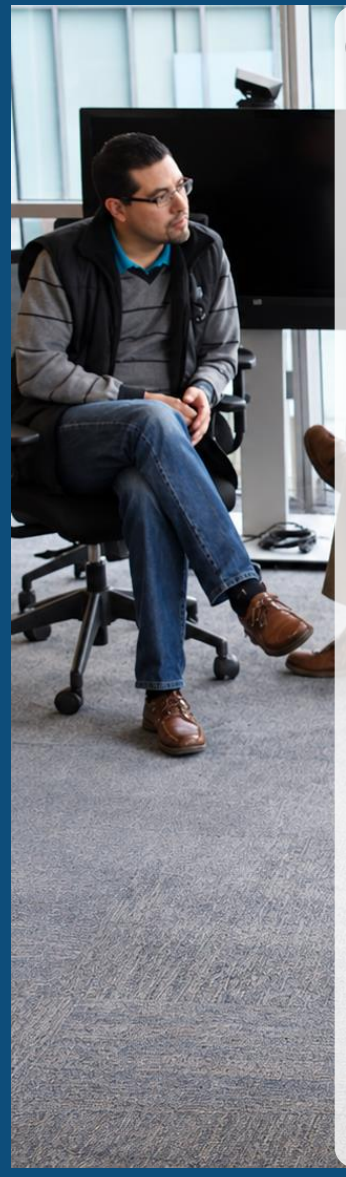
Directivos, gerentes, líderes, supervisores, mandos medios y profesionales que requieran fortalecer sus habilidades de liderazgo, comunicación y acompañamiento para impulsar el desarrollo, compromiso y desempeño de sus equipos.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes habilidades de coaching y liderazgo transformacional mediante el uso consciente del lenguaje, la escucha, la gestión emocional y las conversaciones efectivas, para favorecer el desarrollo de las personas, el establecimiento de metas y el logro de resultados.

Temario:

1. Introducción al coaching y al liderazgo transformacional.
2. La ontología del lenguaje.
3. Actos lingüísticos fundamentales.
4. Escucha, influencia y confianza.
5. Emociones y estados de ánimo.
6. Conversaciones poderosas y efectivas.
7. Habilidades clave del coach.
8. Establecimiento de metas y objetivos.
9. El proceso de coaching.



04 L2 Inteligencia Conversacional

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	12 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Directivos, gerentes, líderes, supervisores, mandos medios y colaboradores que requieran fortalecer sus habilidades de comunicación para generar conversaciones más efectivas, construir confianza y mejorar sus relaciones laborales.

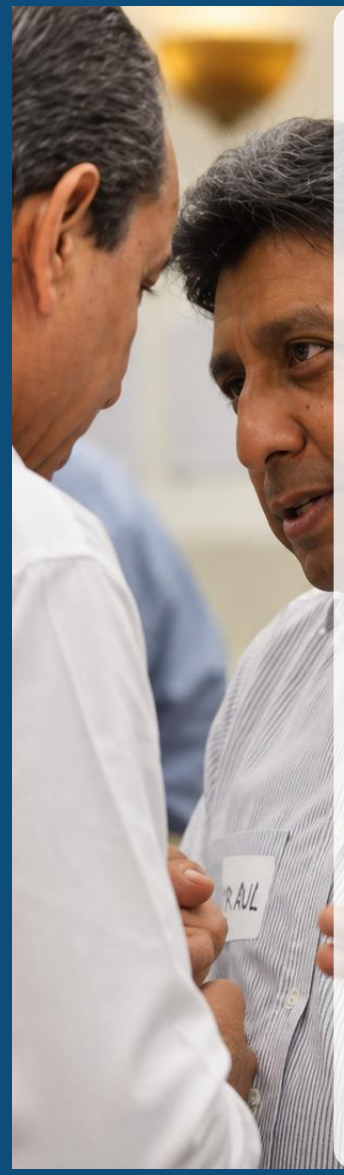
Objetivo:

Desarrollar en los participantes habilidades para gestionar conversaciones de manera consciente y efectiva, utilizando el lenguaje, la escucha, la confianza y la gestión emocional como herramientas para mejorar la comunicación, el feedback y la construcción de acuerdos.

Temario:

1. Introducción a las conversaciones poderosas.
2. El lenguaje como elemento de transformación.
3. Influencia y confianza.
4. Distinciones lingüísticas.
5. Tipos y estructura de conversaciones.
6. Gestión emocional en las conversaciones.
7. Feedback efectivo y cierre de conversaciones.

L2 Comunicación, coaching e influencia / Temario y detalle



05 L2 Conversaciones Poderosas

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	9 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Directivos, gerentes, líderes, supervisores, mandos medios y colaboradores que requieran fortalecer sus habilidades de comunicación para abordar conversaciones importantes, generar acuerdos y construir relaciones laborales basadas en la confianza.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes habilidades para conducir conversaciones poderosas y efectivas, mediante la escucha, el uso consciente del lenguaje y la gestión emocional, favoreciendo la confianza, la construcción de acuerdos y la generación de acciones.

Temario:

1. El poder de las conversaciones en las relaciones y los resultados.
2. Escucha activa: escuchar para comprender.
3. Hechos, interpretaciones y juicios en la conversación.
4. Preguntas poderosas que generan reflexión y posibilidades.
5. Peticiones, ofertas, promesas y construcción de acuerdos.
6. Emociones y estados de ánimo en conversaciones difíciles.
7. Feedback y conversaciones que impulsan el desarrollo.
8. Cierre de conversaciones.



06 L2 Improvisación Teatral y Storytelling. Herramientas para Enfrentar los Retos Diarios

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	8 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual o Cómoda

Dirigido a:

Líderes, supervisores, mandos medios y colaboradores que requieran fortalecer sus habilidades de comunicación, escucha, creatividad, adaptación y trabajo en equipo a través de una metodología práctica, dinámica y experiencial.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes habilidades de comunicación, escucha y creatividad mediante técnicas de improvisación teatral, favoreciendo la espontaneidad, la adaptación, la confianza y la colaboración en los equipos de trabajo.

Temario:

1. Introducción a la improvisación teatral.
2. Escucha activa y presencia.
3. El principio del “Sí, y…”: aceptar y construir sobre las ideas de otros.
4. Espontaneidad y manejo del miedo al error.
5. Comunicación verbal, corporal y emocional.
6. Adaptación y respuesta ante lo inesperado.
7. Improvisación colaborativa.

FICHAS DE CURSO

L2 Comunicación, coaching e influencia
Temario y detalle



07 L2 Storytelling: El Poder de las Historias

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	9 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Directivos, líderes, supervisores, mandos medios y colaboradores que requieran fortalecer sus habilidades de comunicación para transmitir ideas, conectar con diferentes audiencias y generar mensajes claros, significativos y memorables.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes habilidades de storytelling para estructurar y comunicar historias que conecten con la audiencia, transmitan mensajes de manera memorable y fortalezcan su capacidad de comunicar, inspirar e influir positivamente.

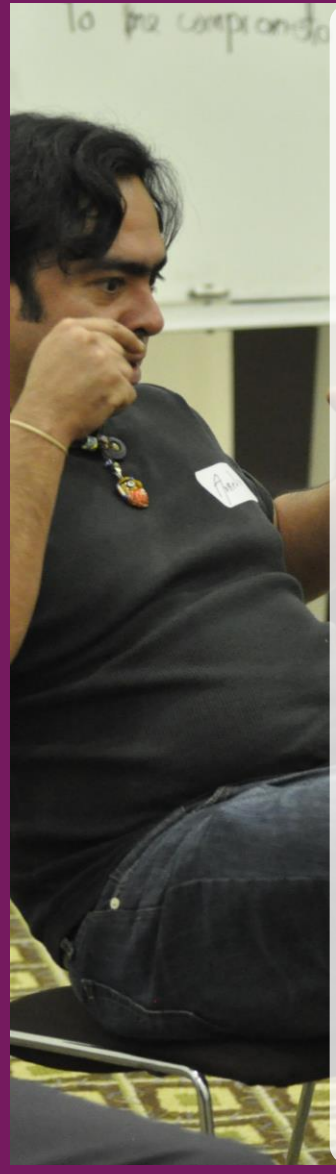
Temario:

1. Introducción al storytelling.
2. Elementos esenciales de una historia que conecta.
3. Estructura narrativa: inicio, conflicto, transformación y cierre.
4. Construcción de personajes, emociones y mensajes memorables.
5. Cómo transformar información e ideas en historias.
6. Storytelling aplicado a presentaciones, liderazgo y comunicación organizacional.
7. Voz, lenguaje corporal y presencia al contar una historia.

FICHAS DE CURSO

L3 Conflictos y negociación
Temario y detalle

TeamsTalks®



08 L3 Gestión Constructiva de Conflictos: Negocia, Media y Conecta

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	9 l 15 l 20 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Directivos, gerentes, líderes, supervisores, mandos medios, personal de Recursos Humanos y colaboradores que requieran fortalecer sus habilidades para gestionar conflictos, negociar acuerdos y facilitar soluciones constructivas en el entorno laboral.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes habilidades para analizar y gestionar conflictos de manera constructiva, aplicando estrategias de comunicación, negociación y mediación que favorezcan la construcción de acuerdos, el fortalecimiento de las relaciones laborales y la resolución pacífica de diferencias.

Temario:

1. El conflicto en las organizaciones.
2. Gestión del conflicto: enfoques y estilos personales.
3. Evaluación y análisis del conflicto.
4. Aspectos emocionales en la gestión del conflicto.
5. La naturaleza de la negociación.
6. Planificación y estrategias de negociación.
7. Poder, influencia y comunicación en la negociación.
8. Mediación como vía de resolución pacífica.
9. Prácticas integradas de resolución de conflictos del plan SOLVE.

L4 Desarrollo y bienestar del líder / Temario y detalle



09 L4 Desarrolla tu Marca Personal como Líder

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	4 I 8 I 12 I 16 horas DC-3	Teórico / Práctico Lúdico / Reflexivo	Casual

Dirigido a:

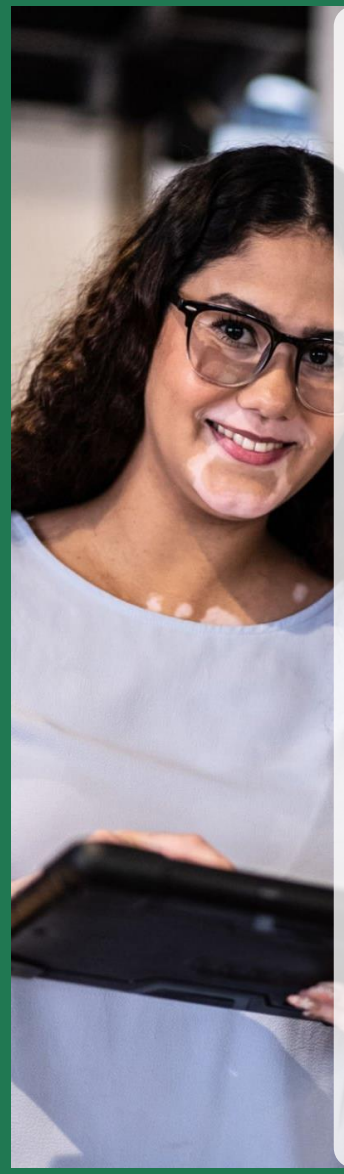
Líderes, supervisores, mandos medios, directivos y profesionales que busquen fortalecer su posicionamiento, comunicar con mayor claridad su valor profesional y construir una marca personal coherente con su estilo de liderazgo, propósito y objetivos.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes las herramientas para construir y fortalecer su marca personal como líderes, definiendo su propósito, propuesta de valor y estrategia de comunicación, a fin de proyectar una imagen coherente, fortalecer su reputación y ampliar su red de relaciones profesionales.

Temario:

1. Introducción a la marca personal.
2. Autoconocimiento y propósito personal.
3. Estrategia de marca personal.
4. Comunicación y visibilidad del líder.
5. Coherencia, congruencia y reputación.
6. Networking y red de aliados.
7. Plan de acción personal.



10 L4 Balance de Vida: Administración del Tiempo

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	2 I 4 horas DC-3	Teórico / Práctico Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Líderes, supervisores, mandos medios y colaboradores que requieran fortalecer sus habilidades para administrar el tiempo, establecer prioridades y organizar sus actividades laborales y personales, favoreciendo un equilibrio saludable entre el trabajo, la vida personal y el autocuidado.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes las habilidades necesarias para identificar hábitos que afectan el aprovechamiento del tiempo, establecer metas y prioridades, y aplicar estrategias de planificación, organización y delegación que favorezcan la productividad, el autocuidado y el equilibrio entre la vida personal y laboral.

Temario:

1. Introducción al equilibrio vida-trabajo.
2. Administración del tiempo: principios y beneficios.
3. Identificación de ladrones de tiempo.
4. Establecimiento de metas y prioridades.
5. Planificación y organización del tiempo.
6. Delegación, hábitos y autocuidado.
7. Aplicación práctica y plan personal de equilibrio.

L4 Desarrollo y bienestar del líder / Temario y detalle



11 L4 Manejo del Estrés y la Ansiedad

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	2 I 4 horas DC-3	Teórico / Práctico Reflexivo	Casual

Dirigido a:

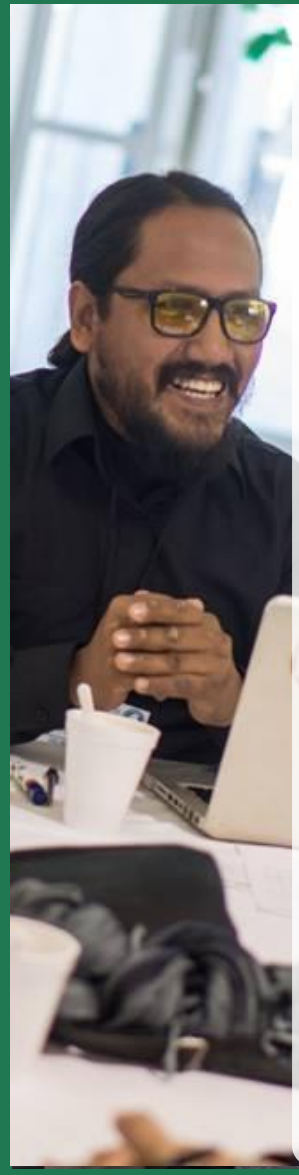
Todo el personal de la organización, incluyendo líderes, supervisores, mandos medios y colaboradores que requieran reconocer las manifestaciones del estrés y la ansiedad, y adquirir herramientas prácticas para favorecer su bienestar emocional en el entorno laboral y la vida cotidiana.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes la capacidad para reconocer las manifestaciones del estrés y la ansiedad y aplicar técnicas de respiración, relajación y atención plena que favorezcan la autorregulación emocional, el bienestar personal y el manejo de las tensiones cotidianas.

Temario:

1. Introducción al estrés y la ansiedad.
2. Técnicas de respiración consciente.
3. Relajación muscular progresiva.
4. Mindfulness y meditación.
5. Visualización creativa.
6. Yoga y estiramientos conscientes.
7. Integración de las técnicas en la vida diaria.



12 L4 Liderazgo para el bienestar. Cómo liderar equipos saludables sin perder el enfoque en resultados

Modalidad:	Duración:	Aprendizaje:	Vestimenta:
Presencial o Virtual	2 I 4 horas DC-3	Teórico / Práctico Reflexivo	Casual

Dirigido a:

Directivos, gerentes, líderes, supervisores y mandos medios que requieran fortalecer sus habilidades de liderazgo para promover el bienestar de sus equipos, construir relaciones laborales saludables y mantener el enfoque en el cumplimiento de objetivos y resultados.

Objetivo:

Desarrollar en los participantes las habilidades necesarias para aplicar prácticas de liderazgo que favorezcan la comunicación, la confianza, el reconocimiento y la seguridad psicológica, promoviendo el bienestar de los equipos sin perder de vista el desempeño y el logro de resultados organizacionales.

Temario:

1. El impacto del liderazgo en el bienestar del equipo.
2. Exigencia saludable vs. presión innecesaria.
3. Comunicación, reconocimiento y apoyo.
4. Límites, confianza y seguridad psicológica.
5. Prácticas de liderazgo que favorecen bienestar y desempeño.
6. Actividad práctica: Plan de acciones para liderar con bienestar.

El liderazgo que transforma una organización empieza por las personas.

Sabemos que cada líder, equipo y organización enfrenta retos diferentes. Cuéntanos qué quieres fortalecer: liderazgo, comunicación, gestión de equipos, toma de decisiones o desarrollo de nuevas habilidades. Estamos aquí para escucharte y diseñar una capacitación que responda a tus objetivos.

¿Platicamos?

Llámanos o escríbenos. Será un gusto conocer tus retos y construir contigo una propuesta a la medida.

TeamsTalks ®

CONSULTORÍA DE CAPACITACIÓN EMPRESARIAL

461.445.7469
557.332.5290

contacto@teamstalks.com.mx

teamstalks.com.mx

linkedin.com/company/teamstalks

facebook.com/teamstalks/

instagram.com/teamstalks.capacitacion/