

GRUPOS DE GESTIÓN EMOCIONAL:

Adquisición de herramientas psicológicas y estrategias de afrontamiento.

El **Programa Dendu** presenta su **Calendario Formativo 2026**, una propuesta dirigida a empresas que deseen ofrecer a sus empleados **espacios estructurados de aprendizaje y desarrollo en gestión emocional y habilidades psicológicas clave para el entorno laboral**.

Las formaciones se organizan en **Grupos de Gestión Emocional**, a los que podrán incorporarse empleados de distintas empresas, favoreciendo un aprendizaje compartido y enriquecedor entre profesionales de diferentes organizaciones.

Cada grupo contará con:

- **Máximo de 15 plazas por grupo**
- **Mínimo de 8 participantes para la viabilidad del grupo**

Modalidad

Formación **presencial** con un enfoque **práctico y experiencial**, combinando contenidos basados en evidencia científica con dinámicas aplicadas al contexto laboral.

Las sesiones serán impartidas por **profesionales de la psicología especializados en bienestar emocional y salud mental en el entorno organizacional**.

Lugar de impartición

- Bilbao.

La ubicación definitiva será confirmada junto con la apertura del grupo.

Duración y estructura de los módulos

Cada **módulo corresponde a una sesión formativa de 2 horas de duración**, pudiendo cada empresa inscribir a sus empleados en uno o varios módulos según sus intereses o necesidades formativas.

Los módulos son **independientes entre sí**, aunque pueden realizarse de manera combinada para ampliar el proceso de aprendizaje.

Calendario formativo – Junio 2026

Cada sesión tiene una duración de **2 horas**.

15 plazas por grupo. Los grupos se activarán a partir de un mínimo de 8 participantes.

Lunes 08 junio | 16:00 – 18:00

Gestión Emocional

Martes 09 junio | 9:30 – 11:30

Capital Psicológico Positivo

Miércoles 10 junio | 16:00 – 18:00

Liderazgo

Jueves 11 junio | 9:30 – 11:30

Gestión y Resolución de Conflictos

Viernes 12 junio | 9:30 – 11:30

Comunicación Asertiva

Dirigido a

Empleados y profesionales de empresas que deseen:

- Mejorar su **bienestar emocional**
- Desarrollar **habilidades personales y relacionales**
- Afrontar de forma más eficaz las **demandas y retos del entorno laboral**

No se requieren conocimientos previos.

Programa formativo

Los módulos abordarán, entre otras, las siguientes áreas:

- **Gestión emocional** (gestión del estrés y desarrollo de inteligencia emocional)
- **Capital psicológico positivo** (optimismo, resiliencia, autoeficacia y esperanza)
- **Habilidades de liderazgo emocionalmente saludable**
- **Gestión y resolución de conflictos en el entorno laboral**
- **Desarrollo de habilidades de comunicación efectiva**

Cada módulo combina:

- Breves aportaciones teóricas
- Ejercicios prácticos
- Dinámicas grupales
- Espacios de reflexión y aplicación al día a día profesional

Coste de participación

El coste de participación se establece en función del número de módulos contratados **por persona participante**.

Número de módulos	Precio por módulo y participante
1 módulo	100 €
2 módulos	95 €

3 módulos	90 €
4 módulos	85 €
5 módulos	75 €

* Para **grupos de 8 o más personas trabajadoras de una misma empresa**, pueden consultarse condiciones específicas en:

prevencion@imqamsa.es

Bonificación a través de FUNDAE

Las empresas que lo deseen podrán **bonificar estas sesiones a través de FUNDAE (Fundación Estatal para la Formación en el Empleo)** utilizando su crédito disponible para formación.

La gestión de la bonificación será realizada directamente por **la empresa participante o por la entidad que esta designe**.

El **Programa Dendu emitirá la correspondiente factura por la actividad formativa**, así como la documentación necesaria para facilitar la gestión de la bonificación.

Tras la finalización de la formación se facilitará a la empresa:

- Factura de la actividad formativa
- Certificado de impartición
- Registro de asistencia de los participantes

La bonificación final dependerá del **crédito formativo disponible de cada empresa**.

Proceso de inscripción

Para facilitar la organización de los grupos, las empresas interesadas deberán seguir el siguiente proceso:

1. Solicitud de plaza

La empresa interesada deberá completar el formulario de inscripción indicando:

- Datos de la empresa
- Datos de los participantes
- Módulos en los que desea inscribirse

2. Recepción de solicitudes

Las plazas se asignarán **por orden de recepción** hasta completar el máximo de 15 participantes por grupo.

3. Confirmación del grupo

Una vez alcanzado el mínimo de **8 participantes**, se confirmará la apertura del grupo y se enviará a las empresas inscritas:

- Confirmación de plaza

- Ubicación
- Recordatorio de fechas y horarios
- Información administrativa para la facturación

4. Desarrollo de la formación

Los participantes asistirán a las sesiones seleccionadas en las fechas programadas.

5. Cierre de la actividad

Finalizada la formación, se remitirá la documentación correspondiente a cada empresa.

Plazo de inscripción

Para garantizar la correcta organización de los grupos, las solicitudes deberán realizarse **antes del 29 de mayo del 2026**, o hasta completar el número máximo de plazas disponibles.

Información e inscripciones

Las solicitudes de información o inscripción pueden realizarse a través de:

prevencion@imqamsa.es