



**MASTERCLASS**  
VIVE BIEN



# Liderazgo resiliente en un entorno VUCA: ¿cómo gestionar el estrés y guiar a otros en momentos de incertidumbre?



Vive Masterclass (Liderazgo resiliente en un entorno VUCA: ¿cómo gestionar el estrés y guiar a otros en momentos de incertidumbre?)

Noviembre 2023

Publicado por el Programa Vive Bien CCSS

[vivebien@ccss.sa.cr](mailto:vivebien@ccss.sa.cr)

San José, Costa Rica.



**Hoy más que nunca vivimos en un entorno VUCA, las siglas VUCA representan un acrónimo en inglés que se refiere a un entorno caracterizado por la Volatilidad (Volatility), la Incertidumbre (Uncertainty), la Complejidad (Complexity) y la Ambigüedad (Ambiguity), estos términos hoy en día se utilizan para describir la naturaleza cambiante y desafiante de muchos entornos empresariales, sociales y geopolíticos en la actualidad. Es esencial aprender a adaptarse a un entorno VUCA debido a que los desafíos y cambios descritos por estas siglas son cada vez más comunes en el mundo actual.**

Las organizaciones y las personas que pueden adaptarse de manera efectiva a un entorno VUCA tienen una mayor probabilidad de éxito y de mantenerse resilientes ante situaciones de crisis y cambios fuertes; por eso es importante tomar en cuenta dentro de nuestros presentes entornos laborales habilidades de aprendizaje y adaptación como la innovación, la resiliencia, la sana competitividad, la toma de decisiones informadas, la flexibilidad, el desarrollo personal y profesional; para poder adaptarse y aprender a convivir y relacionarse en este tipo de entornos altamente desafiantes y retadores para las personas.

Es así como, en este entorno en donde el mundo hoy gira, experimentando VUCA en lo personal, empresarial, familiar y social; el ser humano desde su existencia requiere tener el control de su entorno, lo opuesto a VUCA, que representa la adaptación a lo incierto y herramientas como el manejo de la gestión al cambio y las crisis, permitiendo que de alguna manera se pueda controlar o estar “algo” preparados/as para lo complejo, ambiguo volátil e incierto. Es importante indicar, que, en las organizaciones de hoy en día, una buena persona líder debe estar preparada emocionalmente para entender que el conflicto, la crisis, es parte de este nuevo escenario y hay que asimilarlo, así como conocer sus emociones y empatizar con ellas y las de las personas a su cargo, brindándole información valiosa de como el entorno externo afecta directamente en lo interno.

Además, parte fundamental de esta temática tiene que ver con el manejo que hacen las personas del estrés en momentos de incertidumbre en fase de turbulencia; el sentimiento de estrés, asociado a experimentar incertidumbre genera en primer lugar, un bloqueo en las personas. La gestión de la incertidumbre consiste en entender una situación de forma general, distinguir lo que podamos controlar o no y así tomar decisiones correctas, mediante el conocimiento la experiencia y la práctica y es en estos casos donde se requiere de personas líderes resilientes con capacidad para estabilizar a sus organizaciones, enfrentar la crisis y encontrar oportunidades en medio de limitaciones difíciles.

Este seminario del Programa Vive bien denominado “Liderazgo resiliente en un entorno VUCA: ¿cómo gestionar el estrés y guiar a otros en momentos de incertidumbre?”, brindará las herramientas que permitan ampliar los conocimientos sobre liderazgo resiliente en un entorno VUCA y dar a conocer estrategias para una gestión del estrés en momentos de incertidumbre y crisis; ya que necesariamente uno de los aspectos claves de la persona líder resiliente es su inteligencia emocional y el poder de adaptarse y transformarse cuando no se puedan cambiar las circunstancias en un entorno VUCA.

# Objetivo General

Capacitar a las personas participantes en el uso de herramientas que permitan desarrollar un estilo de liderazgo resiliente en entornos de incertidumbre y brindar conocimientos referenciales sobre los componentes del entorno VUCA

# Beneficios

- Capacitar sobre las prácticas que ayudan a mejorar el liderazgo resiliente como respuesta en tiempos de crisis e incertidumbre, así como los tipos de incertidumbre que pueden afectar a las personas y su implicación cuando afectan las actividades que realizan.
- Explicar el modelo de gestión de entorno VUCA (Complejo, Volátiles, impredecibles y ambiguos) y su comparación y diferencias con el mundo BANI
- Conocer las estrategias para controlar el estrés y el portafolio de técnicas holísticas que ayudan a contrarrestarlo.

# Temas

- Concepto de Liderazgo resiliente y su importancia
- Resiliencia para el fortalecimiento personal y organizacional
- ¿Cómo potenciar el talento humano utilizando liderazgo resiliente?
- Transformando la adversidad en oportunidades: manejo de las crisis
- Modelo de Gestión de entorno VUCA: historia, concepto
- Análisis de entornos basados en la Complejidad, volatilidad, ambigüedad e incertidumbre: su descripción y características
- Afrontamiento y adaptación en tiempos de incertidumbre
- Factores que propician la incertidumbre en las personas: internos y externos
- Gestión de la Incertidumbre emocional: ¿cómo manejar las emociones en un entorno VUCA?

# Edición I

Liderazgo resiliente en un entorno VUCA

Se imparte: lunes 11 de noviembre 2023, de 09 am a 12 md

Cierre de matrícula: 28 de octubre 2024 a las 4 pm

Enlace de matrícula: <https://forms.office.com/r/GJ6WBJPQK1>

Certificado Ofertado

**Participación**

ASISTENCIA





# Facultad



### ***Dra. Lorian Leiva Salazar***

Psicóloga Clínica, Educadora  
Licenciada en Psicología de la Universidad Católica de Costa Rica, con una Maestría en Psicología Clínica de la Universidad de Iberoamérica, Certificada por la UNIBE en Psicogerontología, además de contar con estudios de Bachillerato en Ciencias de la Educación con énfasis en Educación Especial de la Universidad de Costa Rica. Ha sido profesora universitaria y ha brindado consulta privada en terapia psicológica.

Correo electrónico: lleivas@ccss.sa.cr

### ***Licda. Ericka Vanessa Jiménez Mena***

Administradora de Empresas (U de las ciencias y el Arte de CR)  
Experta en temas de Recursos Humanos Y Clima Organizacional  
Emprendedora evjimenez@ccss.sa.cr

### ***Dr. Lorenzo Chacón Arrieta; Msc.***

Lic. en Trabajador Social (UCR)  
Lic. en Derecho, con énfasis en Derecho Empresarial (ULACIT)  
Msc. en Psicología Industrial y Organizacional. (ULATINA)  
MGA. Administración de Empresas  
Coach Ejecutivo Certificado Internacional (doble titulación INCAE & ACTP de ICF),  
Certificado del Programa de Gerentes Líderes de INCAE,  
Se especializa en habilidades blandas y gestión del cambio. Coordinador Técnico en la CCSS de los programas Liderar a través de la gestión del cambio (Change Management) y Técnicas y estrategias de enseñanza en ambientes virtuales.  
lchacona@ccss.sa.cr

### ***Dra. Vanessa Vargas***

Psicología Clínica, Máster en Ciencias Cognoscitivas UCR. Práctica Clínica del Posgrado de la UCR de Psicología Clínica y de la Salud.

Con amplia experiencia como reclutadora de perfiles laborales, experiencia en psicología organizacional y facilitadora del Programa Vive Bien en psicología social, en amplia cantidad de temas como manejo de las emociones, el estrés, las habilidades blandas, entre otros. Ha impartido en capacitación para cientos de empresas e instituciones en el país.

vvargasv@ccss.sa.cr

### ***Dr. Kirk Salazar Cruz***

Licenciado Gerencia Recursos Humanos  
Bachiller en Administración con énfasis en Recursos Humanos  
Bachiller Ingeniero Industrial  
Doctorado en Administración Internacional  
Defensa de Maestría en Administración  
Especialista en competencia laborales en la Universidad Tecnológica de Tijuana.  
kesalazar@ccss.sa.cr



***Ing. Kleiber G Rojas Varela, MEng, MIP, MBA, EMBA.  
JEFE DE SERVICIOS Y BENEFICIOS SOCIALES CCSS***

Coach Ejecutivo y Organizacional. Ingeniero en Producción Industrial, y Administrador de Empresas. Especialista en Alta Gerencia de RRHH, Sistemas Modernos de Manufactura e Ingeniería con énfasis en Sistemas de Calidad y Productividad (INCAE, UCR, ITCR, ITESM).

**Para más información:**

[vivebien@ccss.sa.cr](mailto:vivebien@ccss.sa.cr)

(506) 2539-0067

**SÍGUENOS**

