

# MINI CURSOS A BASE DEL LIBRO "METODO KAIZEN - UN PEQUEÑO PASO PUEDE CAMBIAR TU VIDA"

## 1. Taller de Introducción al Método Kaizen

- **Objetivo de aprendizaje:** Que los participantes comprendan los principios básicos del Kaizen y cómo aplicar la mejora continua en sus vidas personales y profesionales.
- **Temario:**
  1. Qué es el Kaizen: historia y filosofía.
  2. El poder de los pequeños pasos para lograr grandes cambios.
  3. Aplicación del Kaizen en la vida diaria y profesional.
  4. Casos de éxito del Kaizen en empresas y en la vida personal.
- **Evaluación:** Reflexión escrita sobre cómo aplicar un pequeño cambio diario en sus rutinas para mejorar su eficiencia personal.
- **Frases originales:**
  - *"El kaizen es una antigua filosofía encerrada en esta poderosa afirmación del Gran libro del tao: 'Un viaje de mil millas comienza con un pequeño paso.'"*
  - *"Cuando mejoras un poco cada día, al final ocurren grandes cosas."*
- **Capítulos recomendados:** Capítulo 1 (*Por qué funciona el Kaizen*) y Capítulo 4 (*Realizar acciones pequeñas*).

## 2. Curso de Liderazgo y Gestión del Cambio

- **Objetivo de aprendizaje:** Desarrollar habilidades de liderazgo basadas en el Kaizen, impulsando la mejora continua en el entorno laboral.
- **Temario:**
  1. Introducción al liderazgo Kaizen: liderazgo basado en la mejora continua.
  2. La gestión del cambio mediante pequeños pasos.
  3. Fomentar la cultura de la mejora continua en los equipos.
  4. Casos prácticos de liderazgo en empresas exitosas.
- **Evaluación:** Creación de un plan de mejora continua para un equipo de trabajo, destacando pequeños cambios que pueden implementar.
- **Frases originales:**
  - *"Lo que configura nuestras vidas son las preguntas que hacemos... o que nos negamos a hacer."*
  - *"El kaizen requiere que cada pequeño cambio sea en beneficio del cliente."*
- **Capítulos recomendados:** Capítulo 2 (*Hacer preguntas pequeñas*) y Capítulo 5 (*Resolver problemas pequeños*).

## 3. Taller de Innovación a Pequeña Escala

- **Objetivo de aprendizaje:** Fomentar la creatividad y la innovación gradual mediante el enfoque Kaizen.
- **Temario:**
  1. La innovación frente a la mejora continua.
  2. Cómo los pequeños cambios inspiran grandes innovaciones.
  3. Técnicas de creatividad: cómo generar ideas a partir de pequeños ajustes.
  4. Ejemplos de innovación incremental en grandes empresas.
- **Evaluación:** Presentación de una propuesta de innovación aplicando el principio de pequeños cambios.
- **Frases originales:**

## MINI CURSOS A BASE DEL LIBRO "METODO KAIZEN - UN PEQUEÑO PASO PUEDE CAMBIAR TU VIDA"

- *"El kaizen puede definirse de dos maneras: uso de pasos muy pequeños para mejorar un hábito, un proceso o un producto; uso de momentos muy pequeños para inspirar nuevos productos o inventos."*
- *"El kaizen no es lento; la innovación es más rápida, pero ambos pueden complementarse."*
- **Capítulos recomendados:** Capítulo 3 (*Tener pensamientos pequeños*) y Capítulo 8 (*El kaizen para la vida*).

### 4. Taller de Productividad Personal con el Kaizen

- **Objetivo de aprendizaje:** Mejorar la productividad personal mediante la aplicación de pequeños cambios en hábitos y procesos.
- **Temario:**
  1. Diagnóstico personal: identificar áreas de mejora.
  2. Técnicas para implementar pequeñas mejoras en la gestión del tiempo.
  3. Cómo crear hábitos duraderos a través del Kaizen.
  4. Herramientas tecnológicas para la mejora continua.
- **Evaluación:** Implementación de un plan de mejora personal con seguimiento de su progreso durante las 8 semanas.
- **Frases originales:**
  - *"Cuando tú quieres cambiar pero experimentas un bloqueo, con frecuencia puedes culpar al cerebro medio."*
  - *"Los pequeños pasos garantizan que la resistencia al cambio sea superada lentamente, sin aumentar el miedo."*
- **Capítulos recomendados:** Capítulo 1 (*Por qué funciona el Kaizen*) y Capítulo 6 (*Conceder premios pequeños*).

### 5. Curso de Comunicación Efectiva Basada en el Kaizen

- **Objetivo de aprendizaje:** Desarrollar habilidades de comunicación efectiva que promuevan la mejora continua en las relaciones interpersonales.
- **Temario:**
  1. La importancia de la comunicación para el cambio organizacional.
  2. Pequeñas mejoras en la escucha activan y retroalimentación.
  3. Técnicas de comunicación no verbal.
  4. Resolución de conflictos de manera gradual y efectiva.
- **Evaluación:** Simulación de situaciones de conflicto en las que se apliquen mejoras graduales en la comunicación.
- **Frases originales:**
  - *"A menudo, la gratitud se considera un elemento del espíritu o propósito, pero el kaizen nos invita a agradecer por los momentos pequeños."*
  - *"Los pequeños cambios pueden tener un gran impacto en la moral y el ambiente de trabajo."*
- **Capítulos recomendados:** Capítulo 7 (*Reconocer los momentos pequeños*) y Capítulo 8 (*El kaizen para la vida*).

### 6. Curso de Autogestión y Toma de Decisiones

- **Objetivo de aprendizaje:** Fomentar la capacidad de tomar decisiones efectivas basadas en la mejora continua.

## MINI CURSOS A BASE DEL LIBRO "METODO KAIZEN - UN PEQUEÑO PASO PUEDE CAMBIAR TU VIDA"

- **Temario:**
  1. Introducción a la toma de decisiones Kaizen.
  2. Cómo tomar pequeñas decisiones que generen grandes impactos.
  3. La autogestión para alcanzar objetivos personales y profesionales.
  4. Aplicación del Kaizen en la resolución de problemas.
- **Evaluación:** Análisis de un caso práctico donde se aplique la toma de decisiones Kaizen para resolver un problema complejo.
- **Frases originales:**
  - *"No busques grandes mejoras rápidas, sino mejoras pequeñas día a día."*
  - *"Resolver problemas pequeños incluso cuando enfrentas una crisis abrumadora puede generar resultados duraderos."*
- **Capítulos recomendados:** Capítulo 5 (*Resolver problemas pequeños*) y Capítulo 4 (*Realizar acciones pequeñas*).