17 AÑOS
CON TACTO HUMANO
ORGANIZACIONAL

PORTAFOLIO EMPRESARIAL 2027

Ciencia de la felicidad *a la medida* de cada empresa

Un menú de temas, formatos y acompañamientos basados en el modelo SPIRE, para que cada organización arme lo que su gente necesita.

Dana Benarroch · Fundadora de Contacto Humano Organizacional





MUCHO GUSTO

¡Hola! Soy Dana, *y acompaño a las empresas a cultivar equipos que quieren quedarse.*

Desde 2009 trabajo con empresas desde la **ciencia de la felicidad**, no desde la motivación de un día: con un método, con práctica y con seguimiento.

17

años acompañando empresas en un liderazgo más humano

70

organizaciones han confiado en nosotros

8 años

en clase cada semana con el **Dr. Tal Ben-Shahar**. **Y sigo en clase.**

Happiness Trainer certificada por la Happiness Studies Academy (HSA) del Dr. Tal Ben-Shahar, exprofesor de Harvard y creador del modelo SPIRE.

Co-creadora y coordinadora académica del diplomado **«Liderazgo desde la felicidad»** de la Universidad Pontificia Bolivariana.

CONFIANZA

Han confiado *en nosotros*

Empresas, universidades, cajas de compensación y entidades públicas de Colombia y Latinoamérica, de todos los tamaños y sectores.



LO QUE ESTÁ EN JUEGO

El compromiso de la gente *es el problema de negocio más caro y menos visible.*

20%

de las personas en el mundo está comprometida con su trabajo. En Colombia, el **25 %**.

US$10 billones

al año pierde la economía mundial en productividad por el bajo compromiso: cerca del **9 % del PIB global**.

31 % → 22 %

cayó el compromiso de los **líderes** entre 2022 y 2025. Y el jefe explica al menos el **70 %** de la variación en el compromiso de su gente.

La buena noticia: lo que un líder hace cada día se puede aprender.

Fuentes: Gallup, *State of the Global Workplace: 2026 Report* (datos de 2025, incluye datos de Colombia). Harter y Adkins, Gallup (2015), «Employees Want a Lot More From Their Managers» (*State of the American Manager*).

Cuando la gente está bien, *los números lo muestran.*

+13 % ventas

En 11 call centers de BT, en Reino Unido, 1.793 vendedores contaron cada semana cómo se sentían. En las semanas felices cerraron 13 % más ventas, sin trabajar más horas.

Bellet, De Neve y Ward (2024), *Management Science*. Cifra del 13 %: versión de trabajo, LSE (2019).

+12 % productividad

En la Universidad de Warwick, a un grupo le mostraron un video de humor antes de una tarea pagada por resultado. Los que llegaron más contentos produjeron cerca de 12 % más.

Oswald, Proto y Sgroi (2015), *Journal of Labor Economics*. Más de 700 participantes.

+23 % rentabilidad

Gallup comparó 183.806 equipos en 90 países. Los más comprometidos fueron 23 % más rentables y 18 % más productivos en ventas que los menos comprometidos.

Gallup, *Q12 Meta-Analysis*, 11.ª edición (2024). 347 organizaciones.

US$1.533 vs. US$1.479

US$1.000 invertidos en 2021 en las 100 empresas con mayor bienestar laboral valían US$1.533 a mediados de 2024. En el S&P 500, US$1.479.

De Neve, Kaats y Ward, Wellbeing Research Centre, U. de Oxford (2024). ~1 millón de encuestas, 1.782 empresas. Sin ajustar por riesgo.

Menos rotación, menos ausencias, *más ideas.*

−⅓ renuncias

Trip.com dejó que 1.612 empleados trabajaran dos días por semana desde casa. Las renuncias cayeron un tercio y el desempeño no bajó en dos años.

Bloom, Han y Liang (2024), *Nature*. Gallup (2024): en los equipos más comprometidos, la rotación es 21 % a 51 % menor.

-78 % ausentismo

En los equipos más comprometidos, la gente falta 78 % menos y tiene 63 % menos accidentes laborales que en los menos comprometidos.

Gallup, *Q12 Meta-Analysis*, 11.ª edición (2024). 3,35 millones de empleados.

+ ideas innovación

222 profesionales de 7 empresas llevaron un diario de trabajo: en sus días de mejor ánimo tuvieron más ideas creativas, y el efecto siguió al día siguiente.

Amabile y otros (2005), *Administrative Science Quarterly*. En Google, la seguridad psicológica fue el factor n.º 1 de los equipos efectivos (Project Aristotle).

4,7× retorno en salud mental

Por cada libra que las empresas del Reino Unido invierten en salud mental, recuperan en promedio 4,70. Rinden más las acciones preventivas y de cultura.

Deloitte UK, *Mental health and employers*, 4.ª edición (mayo de 2024).

NUESTRA BASE CIENTÍFICA

Modelo *SPIRE* de bienestar integral

Creado por el Dr. Tal Ben-Shahar, exprofesor de Harvard. Cinco dimensiones del bienestar que se influyen entre sí.

S

Espiritual

Propósito y atención plena: más compromiso y resiliencia.

P

Física

Conexión mente-cuerpo: más energía, menos estrés.

I

Intelectual

Aprendizaje y curiosidad: más innovación.

R

Relacional

Relaciones significativas: más confianza.

E

Emocional

Gestión emocional: más serenidad.

Por qué funciona distinto

Todo está interconectado. Cuando una persona vive el programa completo, cada práctica le hace sentido porque la ve como parte de un sistema: una sola práctica puede mejorar los cinco bienestares.

Es una malla interdisciplinaria que integra el arte, la música y la literatura, además de la filosofía, la teología, la sociología, la economía, la psicología y la biología, entre otras.

UN MODELO QUE NOS DEVUELVE LA SENSATEZ

El péndulo del pensamiento *y el punto de equilibrio*



Durante siglos entendimos la felicidad como **suerte y destino**. Hoy el péndulo se fue al otro extremo: creemos que **todo es posible**, y la súper mamá o el súper ejecutivo cargan con la culpa cuando no lo logran.

SPIRE nos ubica en la **sensatez**: reconoce las grandes capacidades humanas sin crear culpas cuando no se alcanzan los objetivos.

Por eso enseñamos:

- Una mirada diferente frente al fallo.
- Mentalidad de crecimiento como persistencia.
- Amor por el aprendizaje permanente.
- Las 3 R para cambios de larga duración.
- Antifragilidad: salir de las crisis mejor de lo que entramos.

MENÚ DE TEMAS · 1 DE 3

Elige los temas que tu gente *necesita hoy*

Cada tema se puede dictar como conferencia, taller, curso o módulo de un programa.

S · Espiritual

- Propósito y sentido en el trabajo
- **La Flor Infinita**: metodología propia para des-cubrir tu propósito de vida
- **Job crafting**: solo tú le asignas un sentido de propósito a tu trabajo
- Proyecto y propósito de vida: diferentes, pero se unen con las metas AAA (las que tienen más sentido)
- Tu liderazgo consciente desde tu Zona de Máximo Potencial Creativo
- Fortalezas de carácter y de desempeño
- Atención plena (mindfulness) formal e informal
- Estados de flujo: concentración y disfrute

P · Física

- Estrés y recuperación: del enemigo al aliado
- Retroalimentación mente-cuerpo: cómo sacarle el mejor provecho a nuestra naturaleza
- Respiración para volver a la calma y a la sensatez
- El principio «como si»: el cuerpo cambia la emoción

Para pensar mejor *y relacionarnos mejor*

I · Intelectual

- Reencender el amor por el aprendizaje con curiosidad y apertura a nuevas experiencias
- Prácticas de curiosidad
- Aprender a fallar o fallar en aprender
- Del perfeccionismo al optimalismo
- De la mentalidad fija a la mentalidad de crecimiento
- Creando y cultivando seguridad psicológica en los equipos
- Del multitasking al foco: menos estrés, más productividad
- Indagación apreciativa: alcanzar metas desde lo que funciona bien
- Escritura reflexiva para pensar mejor

R · Relacional

- Comunicación apreciativa (modelo C.A.R.E.)
- Escucha profunda y conversaciones difíciles
- De las relaciones virtuales a las reales, y la vulnerabilidad
- El ratio de positividad en las relaciones
- Las palabras y las preguntas no solo describen la realidad: la crean
- La compasión y la empatía en el liderazgo
- El egoísmo generoso: nadie da de lo que no tiene
- Los pilares de la autoestima: la acción y la responsabilidad
- Reconocimiento que sí se siente
- Juego e improvisación para crear confianza

MENÚ DE TEMAS · 3 DE 3

Para las emociones *y la cultura*

E · Emocional

- Permiso para ser humanos
- Emociones difíciles y aceptación activa
- Gratitud en el trabajo
- Emociones positivas que amplían y construyen
- Esperanza y optimismo realista
- Pensamientos que nos sabotean (modelo ABC)
- Duelo, crisis y resignificación de la historia

Transversales

- Liderazgo desde la felicidad y el líder servidor
- Crecimiento postraumático y antifragilidad
- Mitos de la felicidad
- El manejo del tiempo como necesidad para mantener los valores y la ética
- El impacto del entorno: la felicidad no solo es tu responsabilidad, también es del entorno
- Rituales y hábitos para un cambio duradero
- Pensamiento sistémico: todo está conectado
- Prácticas de bienestar a costo cero para líderes

¿Necesitas un tema que no está aquí? Lo diseñamos sobre la misma base científica.

FORMATOS

El mismo contenido, *en el formato que tu empresa puede sostener*

Todos pueden ser presenciales, virtuales o híbridos.

Inspirar

Conferencia tipo TED

Corta, emotiva y con ciencia. Para eventos, aperturas y encuentros de líderes.

Practicar

Talleres de 1 a 16 horas

De 1 hora a jornadas de 4, 8 o 16 horas. Vivenciales y aplicables.

Aprender

Cursos cortos

Varias sesiones sobre un tema, con práctica entre sesiones.

Transformar

Programas profundos

Varios meses: diagnóstico, intervención, medición y seguimiento.

Acompañar

Coaching ejecutivo

Uno a uno para líderes que marcan la cultura.

Acompañar

Coaching de equipos

Para equipos que necesitan alinearse, confiar y conversar mejor.

Acompañar

Coaching de vida

Para personas en transición o que quieren reconectar con su propósito.

Llegar a todos

Videos y retos por WhatsApp

Microhábitos diarios sin sacar a nadie de su puesto.

Además: **formación de formadores** y el **diplomado UPB** para quienes quieren ir a fondo.

EN ACCIÓN

Así se ve *una sesión conmigo*

Auditorios, talleres en mesa, dinámicas de pie y actividades al aire libre: siempre vivencial.











RETOS POR WHATSAPP

¿Y si tu gente *no se puede levantar del puesto?*

Hay equipos, como los operarios de planta, que no se pueden sacar a una capacitación. Para ellos creamos retos diarios por WhatsApp: una imagen o un video corto, una práctica de pocos minutos.

Reto «Mente Presente» · Groupe SEB

62 días de prácticas de atención plena enviadas al grupo de WhatsApp de la planta, para hacer en el puesto de trabajo.

- Funciona con operarios y con cualquier tipo de colaborador.
- Temas: mindfulness, gratitud, pausas activas, estrés, buen trato.
- Se combina con una conferencia de lanzamiento y una de cierre.



CASO · MEALS DE COLOMBIA (GRUPO NUTRESA) · 16 DE SEPTIEMBRE DE 2026

«¿Cómo crecer *a partir del dolor?*»

1,5 h
conferencia virtual

+400
personas conectadas

10
ciudades y sedes

Dentro del ciclo «El gusto de vivir», hablamos de crecimiento postraumático: cómo acompañar el dolor propio y el de los demás, y resignificarlo. La gente se conectó desde casa y desde salas de las sedes en todo el país.

> *«Nos invita a tomar conciencia de temas tan importantes como darnos permiso de ser humanos, aceptar y sentir todas nuestras emociones, y comprender que nunca debemos minimizar el dolor de los demás.»*
>
> **Adriana Caicedo Botero** · Meals de Colombia, reseña en Google











Lo que logró una conferencia *de 1,5 horas*

9,38

de 10 en satisfacción promedio

Ciudad / Sede	Promedio de Satisfacción (1-10)
Armenia	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Manizales	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Medellín	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Montería	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Neiva	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Pasto	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Tunja	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Villavicencio	10.0 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Ibagué	9.67 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...
Bogotá (Consolidado)	8.44 Evalúa EL GUSTO DE VIVIR...

Satisfacción por ciudad: 8 de 10 sedes calificaron 10/10.

Así lo reportó Meals en su informe de evaluación:

INFORME DE LA EVALAUCIÓN - El Gusto de Vivir 16 de spetiembre

External · Recibidos × · Meals ×

Margarita Vallejo Combariza <mvallejo@meals.com.co> 18 sept 2026, 10:15 a.m.

para DanaBenarroch

Hola Dana
Te comparto alguna información:

Promedio General de Satisfacción: 9.38 / 10

Basado en las respuestas a la pregunta *«¿Qué es lo más especial que te llevas de esta charla para tu vida?»*, los aprendizajes principales se agrupan en cinco grandes temas:

1. **Empatía y escucha activa hacia las emociones ajenas:** Comprender el dolor de los demás sin juzgar ni minimizar sus sentimientos.
2. **Validación emocional y liberación:** Permiso para sentirse vulnerable, reconocer emociones y no guardar ni esconder el dolor.
3. **Herramientas para afrontar duelos y crisis emocionales:** Claves y técnicas para superar momentos complejos familiares y situaciones imprevistas.
4. **Resiliencia y capacidad de recomponerse:** La convicción de que es posible empezar de nuevo y transformar las dificultades.
5. **Agradecimiento y presencia en el aquí y ahora:** Reconectar con uno mismo, valorar los detalles del día a día y mantener una actitud positiva.

«Que sentir el dolor no es malo; lo malo es quedarse en él.»

«Me hizo reflexionar frente a que en ocasiones minimizamos las emociones de los demás.»

Respuestas de colaboradores a «¿Qué es lo más especial que te llevas de esta charla para tu vida?». Informe de Meals de Colombia, 18 de septiembre de 2026.



LO QUE CAMBIA EN LAS PERSONAS

Esto dicen quienes ya *aprendieron el modelo SPIRE*

Encuesta a 71 personas formadas en el modelo (mayo de 2025).

61 % Tengo más apertura a los cambios

58 % Manejo mejor mis pensamientos y emociones

55 % Afronto los retos con más tranquilidad

44 % Lidero mejor desde las preguntas

39 % Mi trabajo cobró más sentido

Diplomado «Liderazgo desde la felicidad»

Universidad Pontificia Bolivariana · 92 horas · en vivo por Zoom. Ideal para líderes y equipos de Gestión Humana.

LO QUE DICEN · EMPRESAS

En palabras de *quienes lo vivieron*

«Evidencio en nuestro talento humano una actitud diferente: positiva, alegre, con una disposición completa a trabajar en equipo. Esto se refleja en los indicadores de cumplimiento de metas y de los planes estratégicos, y obviamente impacta la rentabilidad del negocio.»

«Quienes más nos transformamos con este tipo de estrategias somos los directivos.»

Bernard Gilchrist
Fundador y CEO, Zona Franca Parque Central – Grupo Central · Programa de felicidad organizacional de 2 años

«Ha permitido a nuestra empresa, en proceso de Scaling Up, mejorar en indicadores que pocos se atreven a medir, como conciencia, felicidad organizacional, higiene laboral y confianza psicológica.»

Irene Abril · Gerente de Procesos, Colombia

«Excelente en el acompañamiento para la implementación del plan de felicidad. Dana es una profesional muy seria, experta y con interés genuino en buscar alternativas para que las cosas pasen de la mejor forma.»

Sugey Maturana · Gerente de Talento Humano, Colombia

LO QUE DICEN · LÍDERES Y ALIADOS

Más voces *de Estados Unidos, Colombia, México y Chile*

«En BI WORLDWIDE Latin America tuvimos una excelente experiencia trabajando con Dana Benarroch, de Contacto Humano Organizacional, en el taller virtual "Comunicación y Reconocimiento que Inspiran". El enfoque humano, práctico y muy bien estructurado permitió a nuestros líderes fortalecer su forma de comunicarse, dar retroalimentación y reconocer a sus equipos con mayor empatía y claridad.

El modelo CARE fue especialmente valioso por su sencillez y aplicabilidad inmediata, generando conversaciones más conscientes y relaciones de trabajo más sólidas. Destacamos la calidad de la facilitación por parte de Dana, la participación lograda en formato virtual y los entregables prácticos que facilitan la implementación en el día a día dentro de la organización.

Recomendamos ampliamente a Contacto Humano Organizacional y a Dana Benarroch como un aliado estratégico para desarrollar un liderazgo más humano y una cultura de reconocimiento auténtica y efectiva.»

Joel Milgram · Presidente y CEO, BI WORLDWIDE Latin America (Miami)

«Le pedí apoyo con sesiones de coaching con un objetivo laboral en particular, pero su capacidad y experiencia nos llevó a identificar y solucionar un problema raíz totalmente diferente, que terminó impactando positivamente en mi vida personal, familiar y laboral.»

Felipe Miranda · Coaching, Chile

«Dana nos dio a nuestro mastermind de empresarios en México una conferencia muy enriquecedora e inspiradora que nos permitió comprender que la felicidad no es solo una emoción, sino también una ciencia.»

Marco Antonio Trujillo G. · Conferencia, México

«Como empresa, es un gran aliado en el diseño de experiencias académicas de alto nivel, generadoras de impacto en diferentes dimensiones del ser humano.»

Marly Dede · Subdirectora de Formación Continua, UPB

44 reseñas, todas de 5 estrellas, en Google: **g.page/r/CT7orJRCTRuaEAE**

CÓMO ARMAMOS TU PROPUESTA

Me ajusto a la realidad logística *y al presupuesto de cada empresa.*

Antes de proponer, escucho. Con estas cuatro respuestas diseñamos juntos una propuesta que se pueda cumplir.

01

¿Dónde están hoy?

Qué está viviendo la gente, qué duele, qué ya funciona.

02

¿A dónde quieren llegar?

El objetivo y cómo sabremos que lo logramos.

03

¿Qué es posible logísticamente?

Turnos, sedes, tiempo, modalidad y número de personas.

04

¿Con qué presupuesto?

De una charla a un programa anual, dentro de lo posible.

Cómo trabajamos

Diagnóstico → intervención a la medida → mantenimiento, para que la cultura se sostenga.

Equipo

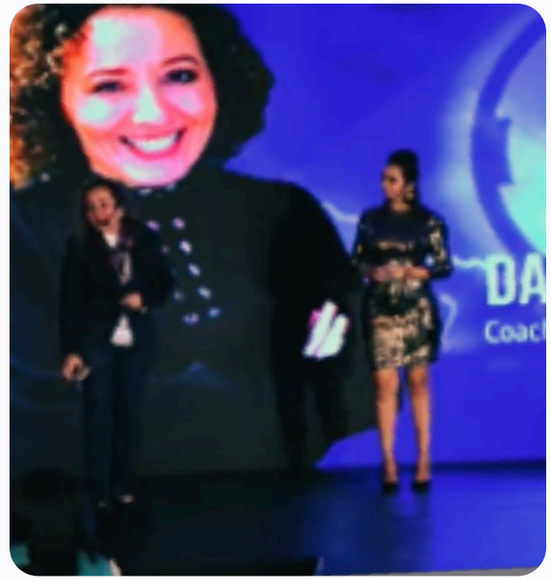
Normalmente trabajo yo directamente. Si el proyecto lo requiere, sumo colegas formados en SPIRE, presencial y virtual.

TRAYECTORIA

Conocimiento que guía, *amor que inspira*

- **Happiness Trainer** certificada por la Happiness Studies Academy (HSA) – Dr. Tal Ben-Shahar
- **8 años** en clase semanal con el Dr. Tal Ben-Shahar, y sigo en clase
- **Keynote speaker**, XVIII Simposio Internacional de Gestión Humana, ACRIP (2023)
- **Docente** de «La felicidad como estrategia», Pacífico Business School, Perú (2025 y 2026)
- **Co-creadora** del diplomado «Liderazgo desde la felicidad» de la UPB
- **Coordinadora académica y docente** del diplomado desde 2022
- **Facilitadora** en UPEACE Centre for Executive Education, ONU (2022)
- **Exjueza** del Ranking Internacional de Empresas Más Felices (2020–2022)
- **Coautora** del libro *Coaches de vida y sus mejores técnicas*
- Comunicadora Social (UPB), con certificaciones en coaching, psicología positiva, propósito y neurociencias









CONVERSEMOS

¿Qué está viviendo *tu equipo hoy?*

Cuéntamelo y diseñamos juntos el camino, a la medida de tu realidad.

Escríbeme por WhatsApp →

WHATSAPP
+57 333 281 9415

CORREO
gerencia@contactohumanoorg.com

SITIO WEB
www.contactohumanoorg.com

REDES
@dana.benarroch
@contactohumanoorganizacional

17 AÑOS
CON TACTO HUMANO
ORGANIZACIONAL

