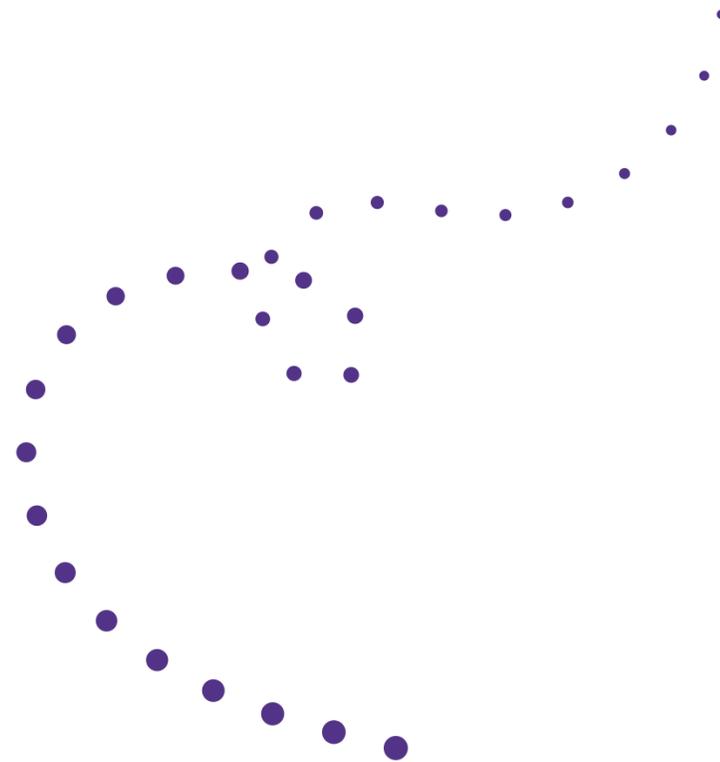




# PORTAFOLIO





¡HOLA!  
Soy Dana Benarroch,  
fundadora de Contacto Humano Organizacional S.A.S.  
desde 2009.  
Te contaré acerca de mi experiencia como  
**FACILITADORA DE FELICIDAD**  
y cómo puedo servirte.

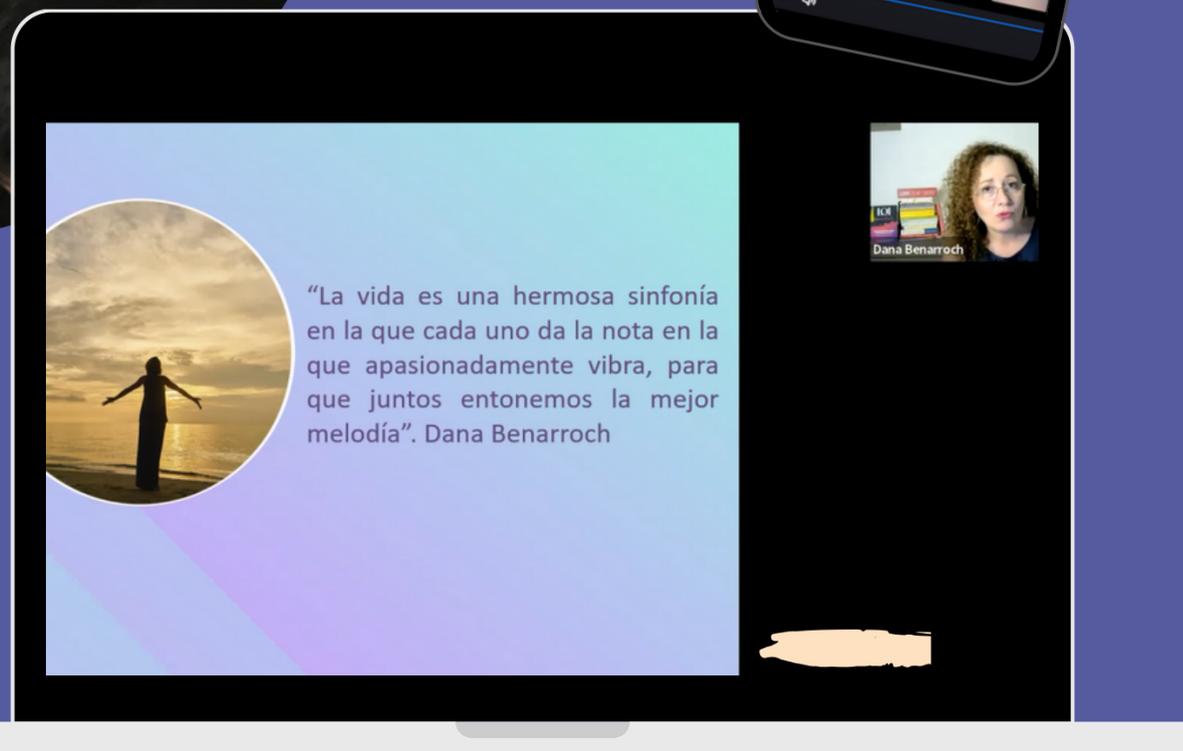




**CON TACTO**  
**HUMANO**  
ORGANIZACIONAL



Apoyo la estrategia del  
negocio desde  
el desarrollo de una  
cultura de la felicidad.



## ¿CÓMO?

- **Formaciones empresariales** a la medida presenciales y online. Diagnóstico, evaluación y mantenimiento.
- **Diplomado certificado por la UPB-** Universidad Pontificia Bolivariana, online, sincrónico.
- **Entrenamientos** en felicidad, online, sincrónico. Conversatorios. Casos de estudio.
- **Coaching** de vida, ejecutivo y de equipos.
- **Formación de formadores.**
- **Certificación de empresas felices**, por HSA, Dr. Tal Ben-Shahar.

# MI PROPÓSITO

Dar amor y recibirlo  
a través de lo que me apasiona:

- **Inspira**r y **enseñar** a las personas a encargarse seriamente de su felicidad-bienestar integral.
- **Acompañar a las empresas** a generar entornos positivos que propicien mayor productividad.
- **Contribuir** a la prosperidad de la sociedad.





# Nuestros clientes



# ¿Qué he escuchado en los colaboradores?

No me siento  
conectado con esta  
empresa

Ya ni ganas tengo de  
hablar ni proponer

No sé cómo conectar  
más con la gente

Aquí cada uno lucha por lo  
suyo, los demás no  
importan.

Mi jefe no me escucha,  
no me reconoce

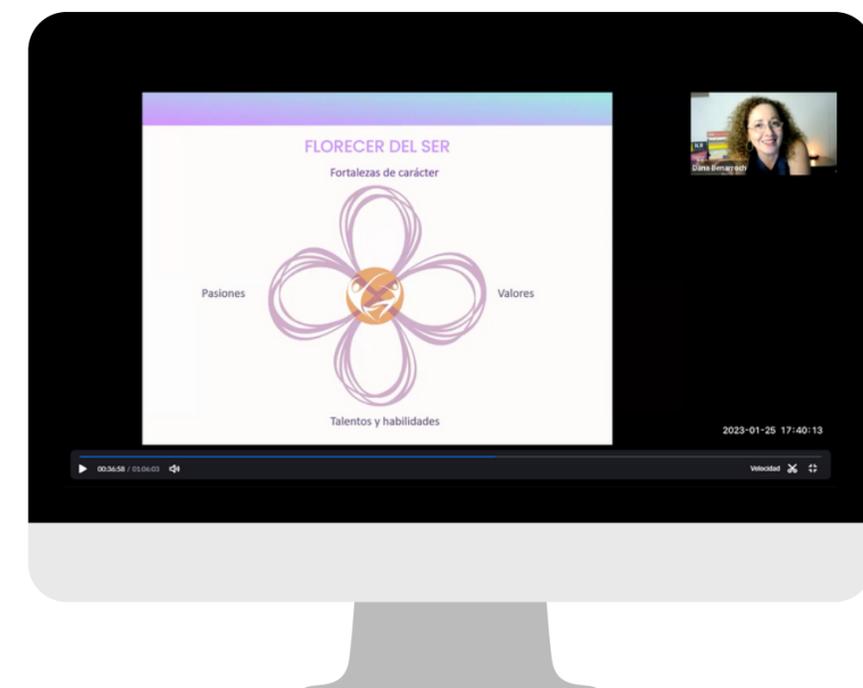
Ya no le encuentro  
sentido a mi trabajo aquí

No me hacen caso

Estoy que reviento  
del estrés

¡Qué incoherencia  
tan insoportable!

Estudios e investigaciones científicas demuestran el **ROI** de una cultura de felicidad.



“Sólo el 23% de la fuerza laboral mundial está comprometida.”

Gallup, 2022

### Annual Employee Engagement in the U.S., World and Best-Practice Organizations

% Engaged



Gallup does not have global engagement data for 2010, 2011 or 2017. Percentages for those years are included in the chart to connect other data points. Percentages for best-practice organizations are average percentages of engaged employees across annual [Gallup Exceptional Workplace Award](#) winners; percentages reflect the year that Gallup collected the winners' engagement data — not the year that Gallup named the award winners.

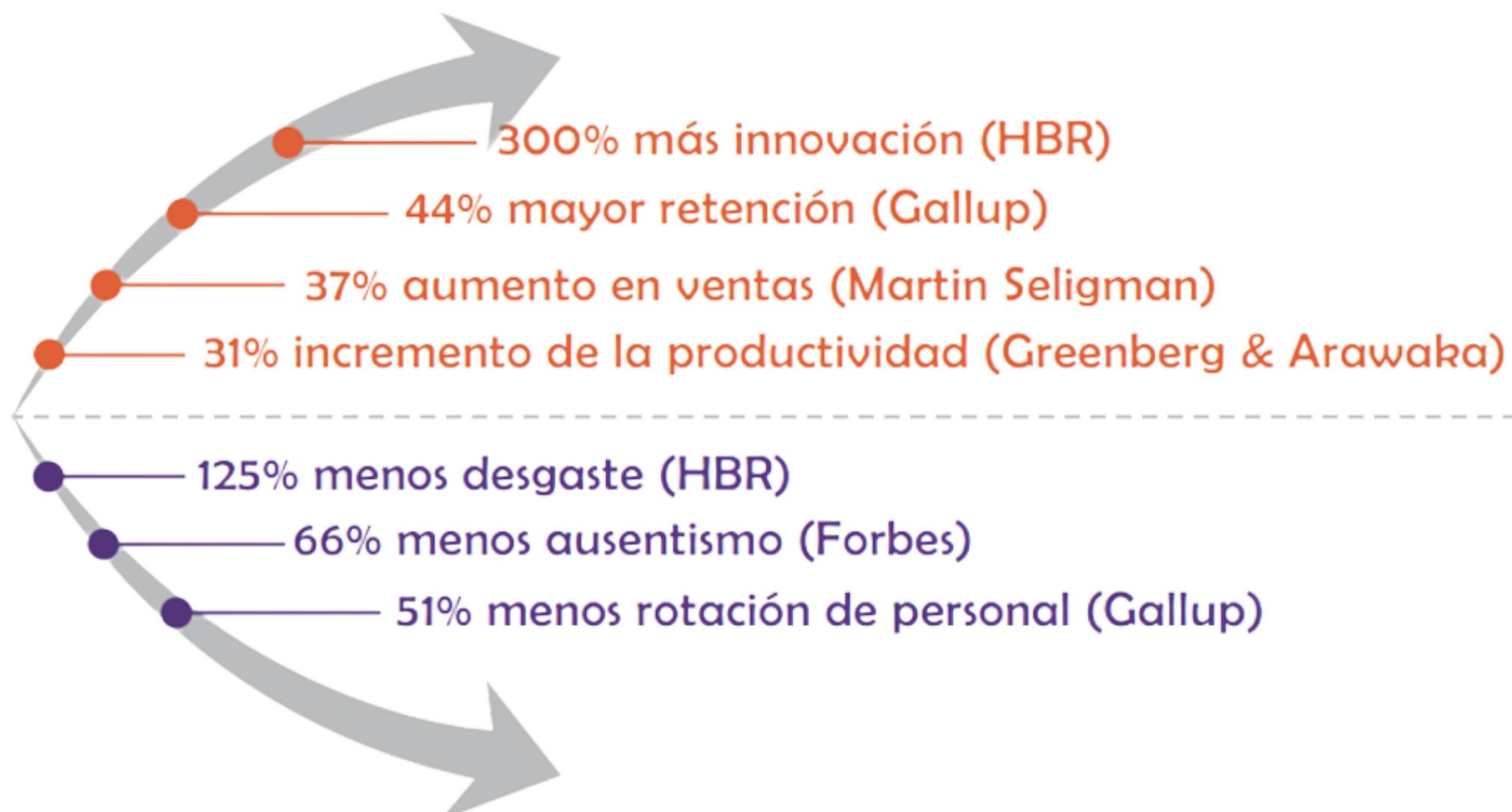
[Get the data](#) • [Download image](#)

GALLUP

La ciencia de la felicidad demuestra que:

"La gente feliz es más productiva"

Dr. Martin Seligman



No es el éxito lo que nos lleva a ser felices.  
Es la felicidad la que nos conduce al éxito.

## Gallup: “La cultura correcta: no es sólo acerca de satisfacción del empleado.”

<https://www.gallup.com/workplace/231602/right-culture-not-employee-satisfaction.aspx#:~:text=Understandably%2C%20these%20employees%20also%20help,an%2018%25%20increase%20in%20sales.>

### Presentarse y quedarse:

Las unidades de negocios altamente comprometidas logran una reducción del 81 % en el ausentismo y un aumento del 18 % en la productividad (ventas).

### Resultados para el cliente:

Las unidades de negocios altamente comprometidas logran un aumento del 10 % en lealtad/compromiso y un aumento del 18 % en las ventas.

### Rentabilidad:

Los comportamientos de las unidades de negocio altamente comprometidas dan como resultado una rentabilidad un 23% mayor.

No es el éxito lo que nos lleva a ser felices.  
Es la felicidad la que nos conduce al éxito.

## La felicidad es un poderoso motivador

Haase, C.M., Poulin, M., & Heckhausen, J. (2012). Happiness as a Motivator. Personality and Social Psychology Bulletin, 38, 1093 - 1104.

## Líderes felices son más transformacionales.

Jin, S., Seo, M., & Shapiro, D.L. (2016). Do happy people lead better.

## Las compañías aumentan las probabilidades de retención de personal.

[https://wrap.warwick.ac.uk/63228/7/WRAP\\_Oswald\\_681096.pdf](https://wrap.warwick.ac.uk/63228/7/WRAP_Oswald_681096.pdf)

## Empleados felices son más productivos entre 12% y 37%

Wyld, David. (2014). Do Happier Employees Really Stay Longer?. Academy of Management Perspectives. 28. 1-3. 10.5465/amp.2014.0023.

## La felicidad promueve el éxito en el lugar de trabajo y en la carrera profesional.

<https://sonjalyubomirsky.com/wp-content/themes/sonjalyubomirsky/papers/BLinpressb.pdf>

¿La felicidad conduce al éxito?

¿La felicidad promueve una carrera exitosa?

Cinco estudios demuestran cómo la felicidad de los empleados y el desempeño de la empresa van de la mano.

La ciencia de la felicidad  
demuestra que:

Peter Drucker:  
"La cultura se come a la  
estrategia"



DISMINUYE

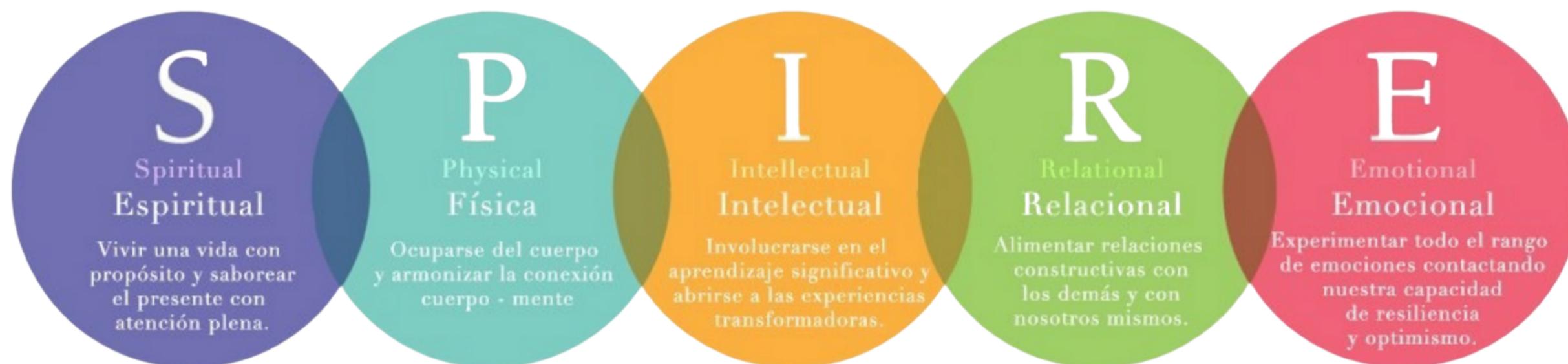
43% a 51% Ausentismo  
48% a 50% Accidentabilidad  
33% a 58% Rotación



AUMENTA

31% a 40% Productividad  
30% a 45% Excelencia Operacional  
15% a 25% Calidad de Servicio  
30% a 55% Compromiso de los  
colaboradores  
55% a 90% Clima Laboral  
40% a 55% Confianza en jefes y  
compañeros de trabajo

# MODELO DE FELICIDAD DESDE LA CIENCIA.



creado por el Dr. Tal Ben-Shahar

## ¿Qué mejora cada módulo?



S

-**Mindfulness:** reducción de estrés, mejora relaciones, mejora salud, gestiona cambio.

-**Propósito de vida:** incrementa compromiso, mejora productividad, mejora resiliencia, propicia adaptabilidad.

P

-**Relación mente-cuerpo:** incrementa energía y productividad, reduce estrés, mejora relaciones intra e interpersonales.

I

-**Intelectualidad:** incrementa capacidad de aprender, incrementa innovación, incrementa entornos psicológicamente seguros, incentiva inclusión de la diferencia.

R

-**Relaciones significativas:** mejora comunicación, mejora empatía, mejora humanismo, cercanía y conexión. Incrementa el auto conocimiento y la auto gestión.

E

-**Emociones:** reduce estrés, incrementa empatía, mejora relaciones intra e interpersonales, mejora la gestión emocional, incrementa serenidad.

## ¿Qué se llevan los participantes?



Entendimiento de la diferencia entre la **auténtica felicidad (objetiva)** y la felicidad conocida.

- Descubrir su **propósito** de vida y la importancia de cada individuo -mattering.
- Entrenar la conciencia para estar en el aquí y el ahora como principio del **change management**.
- Generar entornos psicológicamente seguros para propiciar innovación y **agilismo**.
- Entrenar la **comunicación** apreciativa y positiva.
- Fortalecimiento de la **resiliencia** y adaptabilidad.
- Comprender la dinámica mente-cuerpo para incrementar **energía/productividad**.
- Fluir con las **emociones** y darse el permiso de ser humanos.
- Transmitir lo **aprendido**

# CERTIFICA TU EMPRESA CON EL SELLO DE HSA DR. TAL BEN-SHAHAR.

<https://www.happinessstudies.academy/hsa-for-organizations/>



The screenshot shows the top section of the HSA website. The navigation bar includes the HSA logo, the text 'HAPPINESS STUDIES ACADEMY', and a menu with items: 'ONLINE CERTIFICATE', 'MA', 'PROGRAMS', 'ABOUT', 'MEDIA', 'CONTACT', and 'GRADUATES'. A 'LOG IN' button is located on the right side of the navigation bar. The main content area features the heading 'Happiness Certification for Organizations' in a large, bold font, with 'for Organizations' in a purple color. Below the heading is the tagline 'Empowering Organizational Mindset, Productivity & Retention'.

**HSA** | HAPPINESS  
STUDIES ACADEMY

ONLINE CERTIFICATE MA PROGRAMS ▾ ABOUT ▾ MEDIA ▾ CONTACT GRADUATES **LOG IN**

## Happiness Certification for Organizations

Empowering Organizational Mindset, Productivity & Retention



## Dr. Tal Ben-Shahar | Experto de renombre mundial

¡Uno de los más prominentes profesores de la ciencia de la felicidad en el mundo!

Tal impartió dos de los cursos más populares en la historia de la Universidad de Harvard: Psicología Positiva y Psicología del Liderazgo. Sus libros han sido traducidos a más de 30 idiomas y han aparecido en listas de libros más vendidos en todo el mundo. El trabajo de Tal une las tradiciones orientales y occidentales, la sabiduría antigua y la tecnología, la ciencia y el arte modernos.

## Certificado HSA™

Su empresa puede CERTIFICARse oficialmente en el ámbito del aprendizaje y el crecimiento como marcadores de logros, donde la felicidad actúa como indicador clave de desempeño (KPI).

---

### Así es como funciona con nuestra metodología

#### Encuesta \_

Lleve a cabo encuestas y entrevistas integrales con todos los empleados para recopilar información y determinar la intervención.

#### Educación \_

Inscribir al 2% de los empleados clave en el programa Certificado en Estudios de la Felicidad (CiHS) de HSA para mejorar la comprensión de la dinámica de la felicidad.

#### Intervención \_

Cree intervenciones basadas en los resultados de encuestas y entrevistas, adaptando soluciones para cumplir con nuestros estándares.



**Dr. Tal Ben-Shahar**  
The Master Teacher of Happiness.  
Cofundador y Director Académico  
HSA - Happiness Studies Academy

¡Uno de los principales expertos del mundo en la ciencia de la felicidad!



**Dana Benarroch**  
CEO  
HCO -Happiness Certification for  
Organizations

Graduada de HSA, es coordinadora académica y docente universitaria de la UPB y participa activamente en funciones de liderazgo de exalumnos.



**Yuval Kutz**  
Presidente y cofundador  
HSA - Happiness Studies Academy

HSA ofrece programas educativos multilingües en línea desde Certificado en Estudios de la Felicidad hasta una maestría totalmente acreditada. HSA alberga una red global de apoyo formada por miles de profesionales de 85 países.



# México 2022



Premios Heroínas Segunda Edición

**México, DF**

PREMIOS HEROÍNAS



**Akumal y Cancún**



**Keynote Speaker**  
**Simposio Internacional de TH - 2023**



**Propósito superior**  
**de la empresa - 2024**



**Diplomatura en la UPB**  
**2022 y 2023**

# Entrenamientos en Felicidad

Cada miércoles, de 5:30 a 6:30 pm hora Colombia  
nos reunimos por Zoom  
para discutir sobre un tema de felicidad.



[Inicio](#) > [Oferta Académica](#) > [¿Qué estudiar?](#) > [Programas de Formación Continua](#) > [Conoce nuestra oferta académica](#)  
> [Liderazgo desde la felicidad: el arte de ser feliz](#)

# Liderazgo desde la felicidad: el arte de ser feliz

Disponible en: [Medellín](#)



A<sup>-</sup>

A<sup>+</sup>

Post

Compartir

Este programa será realizado por la plataforma Zoom y está basado 100% en el modelo SPIRE del Dr. Tal Ben-Shahar.



Diplomatura

## Testimonios



**UPB**  
Diplomatura  
"Liderazgo desde la felicidad"

*"Tomé un diplomado para usar las herramientas en personas y cosas externas pero entendí que el diplomado, primeramente, era para mi."*

**Jorge Londoño**  
CEO Triduum, Esposo, papá.

"Tomé un diplomado con el objetivo de seguir transformando la cultura de la empresa enfocada en lograr la felicidad de los colaboradores, clientes, proveedores y demás, me encontré con un espacio donde aprendí a ver la felicidad de forma diferente a ser feliz ante cualquier situación de la vida y ante cualquier emoción que pueda estar sintiendo y luego a transmitir eso a todo mi entorno."

## Testimonios



**UPB**  
Diplomatura  
"Liderazgo desde la felicidad"

*"El diplomado de liderazgo desde la felicidad llegó a mi vida como caído del cielo, ha sido el mejor regalo de mi para mi."*

**Jennifer Londoño**  
Dueño de producto - Grupo Bancolombia

"Pude volver a conectarme con mi esencia de ser humano, a entender que puedo sentir, equivocarme y volver a comenzar.

Me ayudó a retomar e iniciar buenos hábitos que me aportan, a compartir más espacios sencillos con mi familia y entender que con los pequeños momentos y detalles se pasa muy bien.

A mis compañeros de la 2da cohorte de este maravilloso diplomado gracias por todos esos momentos de risas y sentimientos encontrados que compartimos."

## Testimonios



**UPB**  
Diplomatura  
"Liderazgo desde la felicidad"

*"Este es un regalo de vida que no se pueden perder y si alguien tiene dudas, tomémonos un café y sientan lo que el diplomado hizo en mi."*

**Juan Esteban Franco**  
Médico - Comfama

"Al diplomado sólo tengo que agradecerle por el cambio que hizo en mi vida, haberme inscrito fue la mejor decisión académica y personal que pude haber tomado un día.

El diplomado es una oportunidad para volver a preparar el terreno del corazón y sembrar las semillas correctas para obtener los frutos más deliciosos y con el mejor aroma."

## Testimonios



**UPB**  
Diplomatura  
"Liderazgo desde la felicidad"

*"Este curso, este compartir, me permitió descubrir mi propósito de vida, ese fluir conmigo mismo sin esfuerzos."*

**Luis Miguel Garcés**  
Ejecutivo de cuenta Reynolds Trade Marketing.

"El diplomado para mi fue y sigue siendo una oportunidad. Una gran oportunidad que me regalé a mi mismo en donde aprendí que la vida era más acerca de permitirme ser, de crearme a diario y de aceptarme tal y como soy.

Compartir con compañeros y profes me ayudó muchísimo a comprender y trabajar mis miedos. El acompañamiento de ellos hacen de esta experiencia algo que dura para toda la vida."

## Testimonios



**UPB**  
Diplomatura  
"Liderazgo desde la felicidad"

*"El Diplomado fue para mí una gran oportunidad de conocerme más y de desarrollar una mirada apreciativa y de gratitud frente a la vida."*

**Margarita Vallejo**  
@marguisvallejo

El enfoque SPIRE me permitió hacer reflexiones oportunas y pertinentes, pero más allá de eso, me permitió recordarme que la felicidad es un camino de construcción en el que estamos invitados a ser conscientes.

El equipo de profesoras es increíble. Recomiendo este diplomado a quienes quieran hacerse a sí mismos un regalo de vida."

## Testimonios



**UPB**  
Diplomatura  
"Liderazgo desde la felicidad"

*"Cuando nos hablan de felicidad normalmente vemos esa palabra tan lejana, tan inalcanzable, a veces inexistente... saben? Lo extraordinario es que es algo tan cercano, tan natural, tan accesible... les comparto que mi vida tiene un antes y un después fruto de este diplomado el cual se convirtió en la mejor vitamina, en los mejores recuerdos, en los mejores aprendizajes"*

**María Méndez Domínguez**  
Psicóloga, líder de Bienestar y Responsabilidad social empresarial  
-Soletanche Bachy.

... Luego de mi carrera profesional este ha sido el mejor camino que pude haber decidido tomar, ahora vivo en estado pleno y consciente conmigo misma y con lo que me rodea, lo más maravilloso, ahora vivo mi propósito de vida, confirmando cada día que no existen las casualidades sino las causalidades, que nos llevan a vibrar bonito y a coincidir con personas vitamina como lo han sido estas mentoras preciosas que son nuestras docentes y los compañeros con los que ahora podemos decir: somos más que eso, somos cercanía, intimidad, apoyo, sinceridad... posdata: la vida es bella, solo depende de las gafas con las que la deseamos verla.

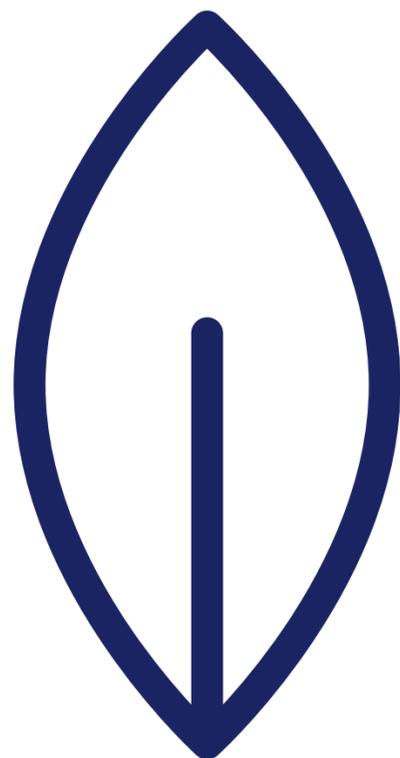
<https://www.upb.edu.co/es/formacioncontinua/diplomatura-liderazgo-felicidad-arte-ser-feliz>



# CURSOS ONLINE GRABADOS



Anti fragilidad



Mindfulness

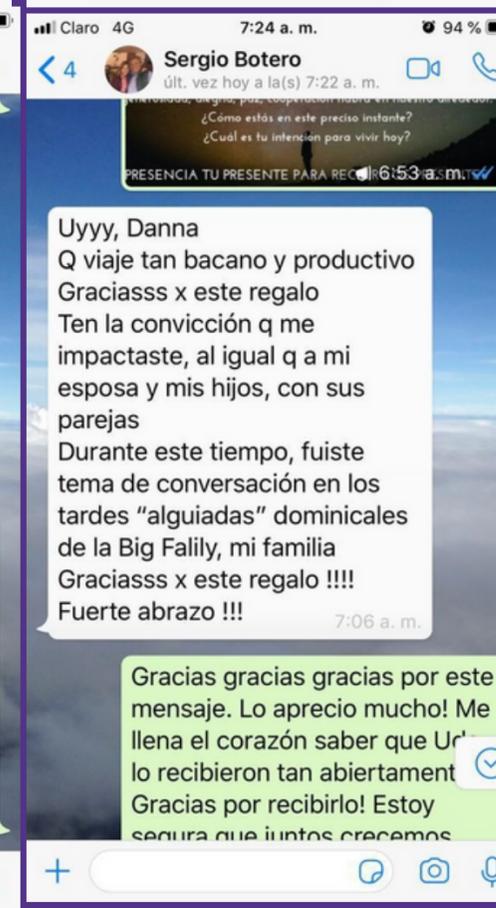
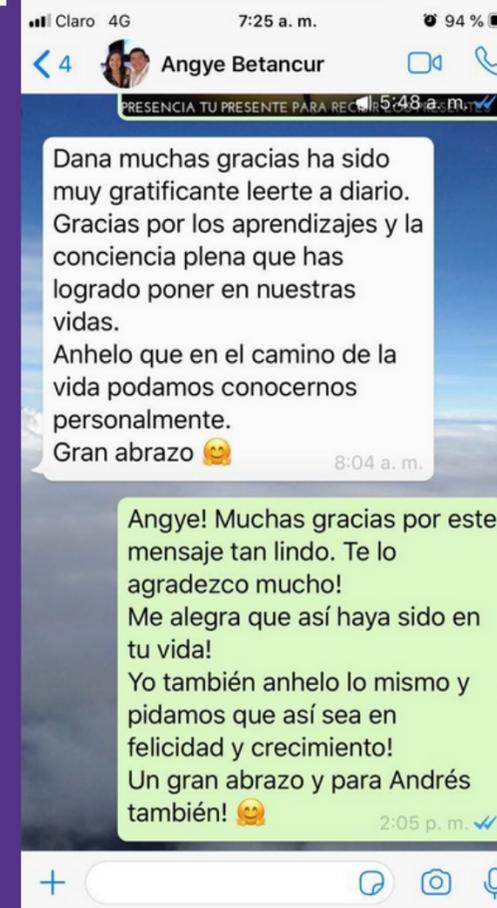
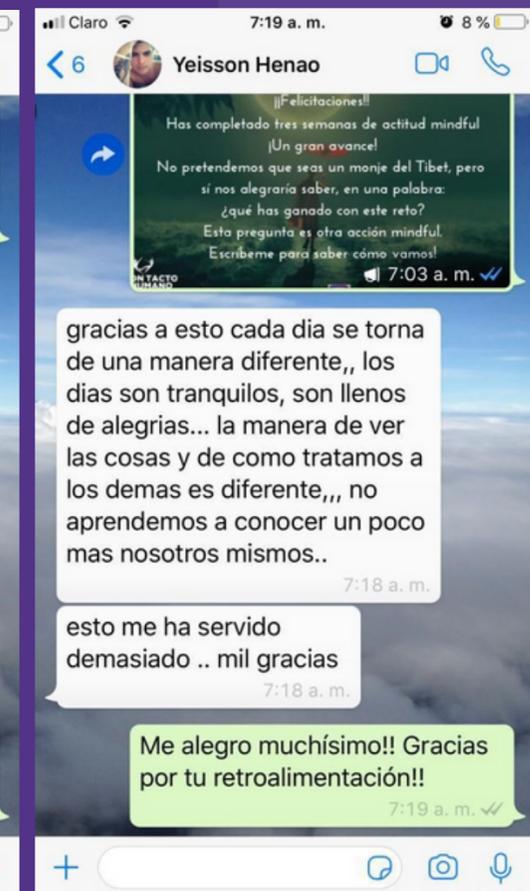
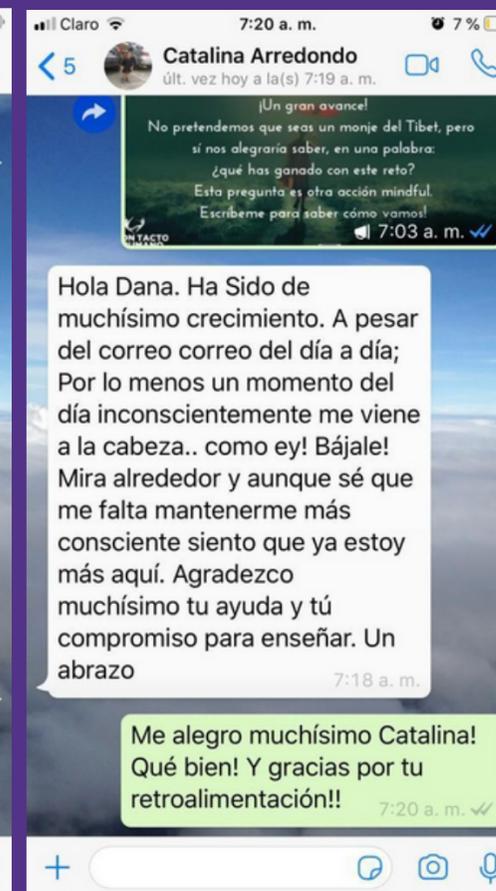
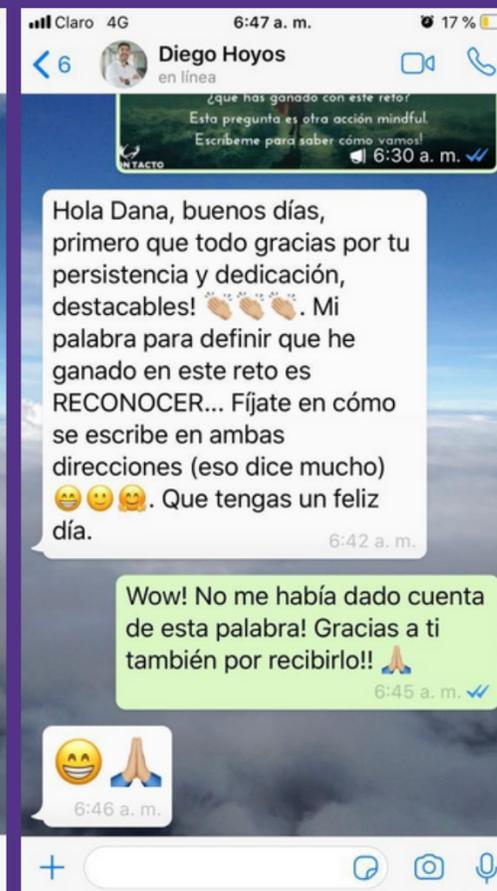
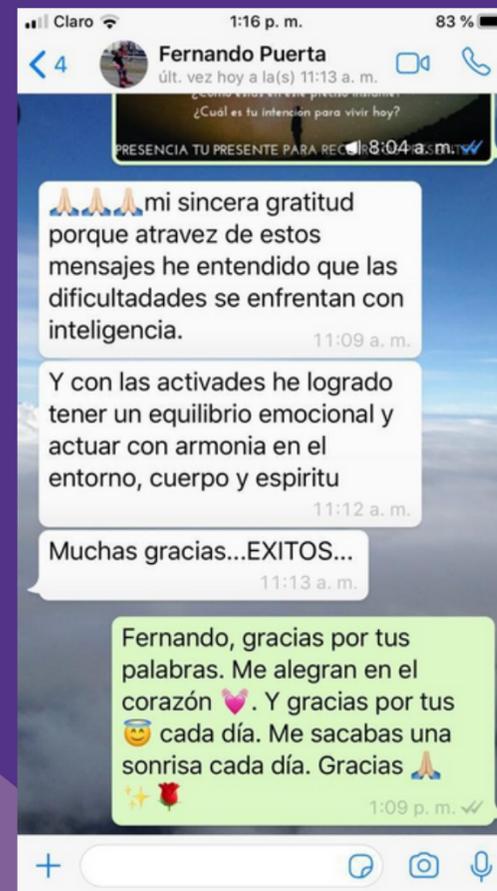
## Testimonio talleres en empresas

”

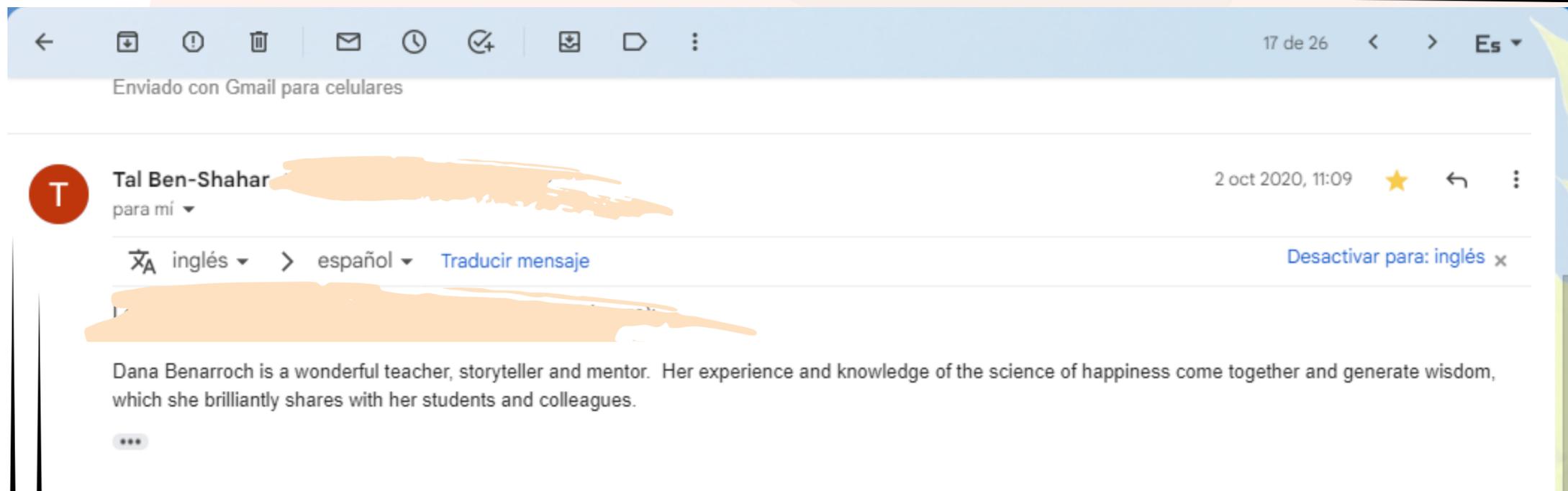
“El trabajo que has realizado ha sido maravilloso, cuántas vidas has tocado, cuántas personas has transformado, eso realmente es un verdadero propósito de vida, te admiro por ese trabajo tan lindo que haces, por tu profesionalismo...lo que tú has hecho tiene tanto nivel de profesionalismo, teoría, construcción, de pasión y amor por lo que haces que algunas personas me decían “Oiga es verdad que lo que estamos haciendo en Meals es algo grande, es algo poderoso, tiene una construcción muy sólida”, y yo no dejo de sentirme feliz y agradecida por lo que está pasando, gracias a ti y a todos tus aprendizajes y a todo lo que has estudiado. Un profundo agradecimiento por lo que has hecho por nosotros.”

Liliana Naranjo - Directora de Desarrollo Humano

Testimonios  
del entrenamiento por  
Whatsapp  
en Mindfulness  
+700 personas.



# Testimonio del profesor



"Dana Benarroch es una maravillosa profesora, contadora de historias y mentora. Su experiencia y conocimiento sobre la ciencia de la felicidad se unen generando sabiduría, la cual brillantemente comparte con sus estudiantes y colegas"

Dr. Tal Ben-Shahar



Yuval Kutz, Tal Ben-Shahar, Martin Seligman  
en el lanzamiento de la primera maestría  
en Felicidad, Florida, Estados Unidos.



- Comunicadora Social de la Universidad Pontificia Bolivariana con énfasis en Comunicación Organizacional.
- Fundadora Contacto Humano Organizacional S.A.S. 2009
- Coordinadora académica y docente Universitaria en el diplomado "Liderazgo desde la felicidad, el arte de ser feliz" en la Universidad Pontificia Bolivariana - UPB Desde 2022.
- CEO Happiness Certification for Organizations, by HSA - Happiness Studies Academy, Dr. Tal Ben-Shahar. Desde 2024
- Certificada como Happiness Trainer, por HSA - Happiness Studies Academy - Dr. Tal Ben-Shahar 2019
- Keynote Speaker en el XVIII Simposio Internacional de Gestión Humana de ACRIP. 2023
- Ex-Juez del Ranking Internacional de Empresas Más Felices. 2020-2022
- Facilitadora en la UPEACE Centre for Executive Education -ONU. 2022
- Directora del Comité Educación del Club de Negocios y Alumnos de HSA - Happiness Studies Academy. Desde 2022
- Cofundadora del Club de Negocios y Alumnos de HSA - Happiness Studies Academy. Desde 2021
- Mentora de estudiantes de HSA - Happiness Studies Academy.
- Mentora del Happier School Program del Colegio Theodoro Hertzl.
- Conferencista internacional
- Co-autora del libro "Coaches de vida y sus mejores técnicas"
- Certificada en Coaching para el Liderazgo y Desarrollo Organizacional, EIDHI.
- Certificada en el Test de la Pasión para Empresas y para Personas.
- Certificada en Psicología Positiva para coaching. Wholebeing Institute.
- Certificada en Neurociencias para coaching. Joseph O'Connor.
- Estudios de Entrenamiento y Cultivo de la Compasión.

*Me apasiona:*

*Ver vidas transformadas por el amor.*

*Ver empresas evolucionando hacia el liderazgo humano,  
cercano, cálido, compasivo.*

*Ver la sinergia entre felicidad y productividad.*

*Ver la evolución de la humanidad hacia una consciencia  
sistémica.*

*Me caracterizo por el soporte científico y académico de  
todo lo que facilito,  
y por la calidez, cercanía, amor y pasión que envuelve  
todo lo que hago.*





@danabenaaroch

@contactohumanoorganizacional

Regístrate en  
[www.contactohumanoorg.com](http://www.contactohumanoorg.com)  
para mantenerte informado  
de nuestros eventos.



Síguenos en las redes