

Conciliación entre trabajo y vida personal

Sobre el curso

Con el curso de conciliación de trabajo y vida personal adquirirás las herramientas y consejos necesarios para equilibrar ambas facetas y promover una mejora de la gestión personal en tu propia organización. Ya sea si estás trabajando desde tu casa o necesitas mejorar el grado de bienestar entre los colaboradores de tu empresa, este curso te entregará herramientas, sugerencias y políticas que contribuyan a la felicidad organizacional y el bienestar de ti y cada uno de los colaboradores.

Que aprenderás

A reflexionar en torno a la complejidad de conciliar el trabajo y la vida personal, los desafíos para mantener estas dos facetas en equilibrio y las dificultades de lograrlo dentro de una sociedad de rendimiento cada vez más demandante. Además, conocerás algunas herramientas y sugerencias prácticas para que desarrolles esta conciliación dentro de tu espacio laboral, como también, políticas y medidas desde la directiva organizacional para implementar, desde la legalidad vigente, promoviendo de esta manera la felicidad organizacional.

Contenido del curso

1 - Conciliación entre trabajo y familia

- Consejos para llevar una vida equilibrada
- Sugerencias prácticas para compatibilizar vida personal y trabajo
- Cómo compatibilizar teletrabajo y vida personal
- Sugerencias prácticas.

2 - Herramientas para la conciliación

- Estrategias para lograr la conciliación entre trabajo y vida personal
- Tomando las riendas de las situaciones
- Cómo mantener una actitud sana dentro de la organización Autocoaching

3 - El rol de las organizaciones y los equipos directivos

- Hacia la felicidad organizacional
- Beneficios organizacionales
- Un liderazgo para los buenos tiempos
- La importancia del salario emocional y de motivar a los colaboradores

Detalles

 Cod. Sence 1238044804

 125 Horas

 Nivel 2

 700.000