



CURSO: GESTIÓN EJECUTIVA

> Objetivos del Curso

El objetivo del curso es generar un replanteamiento en el manejo del tiempo y en la autogestión que tienen los alumnos de su tiempo, sus recursos y su energía.

Buscando generar en los alumnos una profunda toma de conciencia de su responsabilidad e impacto en el manejo de su propio tiempo, visibilizando posibles fugas de tiempo externas e internas, así como causas de autogestión ineficiente.

> Este curso te prepara para:

- Tomar conciencia de las actuales ineficiencias en la auto gestión del tiempo.
- Identificar las causas de las ineficiencias y pérdidas de tiempo
- Mejorar en la autogestión del tiempo
- Mejorar en la autogestión de la energía y atención
- Ser capaz de aplicar los conocimientos a su situación laboral actual, mejorando su desempeño, su eficiencia y finalmente su satisfacción laboral y personal

Contenido curso online:

Módulo 1: Introducción a la gestión del tiempo

Reconocer diversas herramientas para implementar un plan de mejora en el manejo de su tiempo, la autogestión de sus recursos y energía.

- El concepto de Time Management
- Impacto de deficiencias en el manejo del tiempo
- Toma de conciencia de la autogestión del tiempo
- Malos hábitos
- ¿Cómo lo hace la gente exitosa?

Módulo 2: Diagnóstico y Autodiagnóstico

Identificar las fugas de tiempo que nos hacen perder valiosas horas tanto en el trabajo como en nuestra vida personal.

- Identificación del estilo de trabajo de la persona
- Identificación del uso actual del tiempo
- Definición de las fugas de tiempo internas y externas
- Cuantificación de las fugas de tiempo
- La trampa de la tecnología

Módulo 3: Modelos y Herramientas de autogestión efectiva

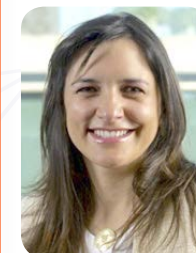
Reconocer diferentes herramientas que nos permitan una autogestión de nuestro tiempo de manera efectiva.

- Desarrollo de Nuevos hábitos
- La matriz de Manejo de prioridades del modelo de "los hábitos de la gente altamente efectiva"
- Limpieza y Orden del lugar de trabajo
- Tecnología al servicio de la autogestión efectiva

Módulo 4: Aplicación Final

Aplicar diferentes herramientas de autogestión en nuestro lugar de trabajo y vida diaria.

- Técnicas específicas para enfrentar ladrones del tiempo (usar la dopamina a tu favor)
- Técnicas para enfrentar ladrones del tiempo



Profesor: Sandra Bauer Watkins

Ingeniera Comercial, Universidad de Chile, Chile. MTB International Business & Marketing, UC Berkeley de California, EEUU.

Amplia experiencia en áreas de marketing, retail y management. Se ha desempeñado en importantes transnacionales de retail.

Actualmente se desempeña como Comercial Manager de una empresa transnacional de renombre.