

Hábitos de Productividad Personal, Efectividad y Administración del Tiempo



→ MONTERREY N.L.

Plaza Carranza. Venustiano Carranza 500-40 Nte.
Zona Centro. C.P. 64000.
Tel. (81) 8346-5600

→ CIUDAD DE MÉXICO

Antara Polanco. Av. Ejército Nacional 843-B.
Piso 5 Col. Granada.
Delegación Miguel Hidalgo. C.P. 11520.
Tel. (55) 8000-1907

→ QUERÉTARO QRO.

Central Park. Av. Armando Birlain Shaffler
2001 Corporativo 2, Piso 7, Col. Centro
Sur. C.P. 76090
Tel. (442) 290-8435

Modalidad En Vivo Online

Capacítate en tiempo real y desde cualquier lugar con nuestros Diplomados y Cursos En Vivo Online.

¡Es muy fácil tomar un curso con la modalidad En Vivo Online!

- Los cursos se ofrecen de forma presencial desde Monterrey. Son en vivo, por lo que tomas la sesión en tiempo real, pudiendo interactuar con el capacitador y tus compañeros.
- Para participar en los cursos En Vivo Online solamente necesitas una computadora con banda ancha para poder ingresar vía Internet desde el lugar que prefieras.
- Previo a la primera sesión, recibes una capacitación de 15 minutos por parte de un asesor de IDESAA, mismo que te guiará para que puedas conectarte sin problemas.



Características y ventajas de la modalidad En Vivo Online

El participante trabaja en la sesión como si estuviera presente:

- Observa y escucha la presentación, e interactúa con los instructores en tiempo real.
- Observa y escucha las aportaciones y preguntas de los compañeros que asisten en forma presencial.
- Conoce a nuevos colegas y establece *networking*.
- Hace preguntas y aclara dudas en el momento en que decida participar.
- Observa en su computadora el mismo material que sus compañeros ven en la sala de capacitación.
- Tiene la opción de participar y hacer preguntas de viva voz o, si lo prefiere, vía *chat* a través de un moderador.
- Recibe el material preparado por los facilitadores vía electrónica, antes de la sesión.

¿A quiénes se dirigen nuestros programas En Vivo Online?

- A interesados en el contenido, enfoque y horario de los diplomados y cursos de IDESAA que no puedan acudir en forma presencial a las sesiones.
- A empresas que desean capacitar a ejecutivos que viajan mucho o se encuentran dispersos en la República.

Hábitos de Productividad Personal, Efectividad y Administración del Tiempo



Objetivo

El participante conocerá los beneficios de adoptar y poner en práctica disciplinas que le permitan mejorar su desempeño, efectividad y productividad laboral desde una perspectiva personal e interpersonal.



Duración

16 horas.



Temario

- La importancia de tener hábitos que fomenten el crecimiento y desarrollo personal.
- Actitudes y comportamiento de la persona para facilitar la adopción de nuevos hábitos.
- **Hábito: No esperar, proponer.**
 - Cómo responder ante los estímulos externos. Proactividad y pasividad.
 - Qué es la proactividad y cómo establecerla como un rasgo de nuestro perfil personal y profesional.
 - Actuar y responder en base a valores.
 - Dar soluciones nuevas, creativas y de impacto.
 - Aceptar la responsabilidad personal por mis acciones.
 - Conocer mi círculo de influencia como instrumento de gestión personal.
- **Hábito: Comenzar con el fin en la mente.**
 - Definiendo valores y principios.
 - Elegir un centro de vida.
 - Definir un enunciado de misión personal.
 - Beneficios de establecer metas y objetivos personales y encausar nuestras actividades diarias hacia ello.
- **Hábito: Hacer primero lo primero. Principios de la administración personal.**
 - Enfoque hacia lo realmente importante y prioritario.
 - Relación de los asuntos con los objetivos personales y profesionales.
 - Herramientas básicas para la organización personal-profesional.
 - Organización del tiempo (lo urgente vs. lo importante)
 - Desperdiciadores del tiempo: cómo evitarlos
 - Clasificación y planeación de actividades, objetivos, tareas, responsabilidades, tiempos y recursos.
Conductas personales y su impacto en el tiempo.
Reflexión guiada y ejercicio de planeación para el uso efectivo del tiempo personal.
- **Hábito: Buscar Ganar-Ganar.**
 - Fomento de situaciones ganar-ganar para lograr beneficios generalizados.
 - Los paradigmas de la interacción humana.
 - Conductas y acciones que incrementan la confianza en nuestras interacciones con otros.
 - Qué es ganar- ganar y qué no es.
 - La necesidad de reformular mi estrategia.

- **Hábito: Entender primero, para ser entendido.**
 - La comunicación como base para la efectividad interpersonal.
 - La escucha empática para comprender y fortalecer relaciones con los demás.
 - Primero aprender a comprender y después ser comprendido.
 - Conociendo mi perfil personal.
- **Hábito: Crear sinergias para crecer.**
 - La sinergia, principio de cooperación.
 - Integración y colaboración, elementos necesarios para sumar valor.
 - Creatividad, trabajo colaborativo y actitud constructiva.
 - Valorando y creciendo en las diferencias.
 - Creando valor en las relaciones $2+2=5$.
- **Hábito: Renovarse constantemente.**
 - Necesidad de mejora continua.
 - La auto-renovación equilibrada.
 - Las cuatro dimensiones de la renovación: física, espiritual, mental, social-emocional
 - Plan personal de acción hacia la renovación.

Información General



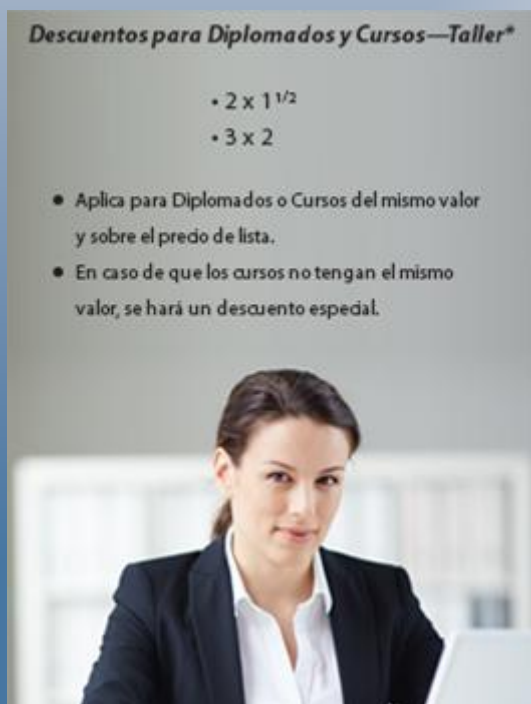
Logística:

- Inicio: miércoles 17 de mayo de 2017.
- Duración y horario: 6 sesiones semanales en miércoles, de 6:20 p.m. a 9:00 p.m.
- Modalidades: Presencial y En Vivo Online.

Modalidad Presencial: se imparte en Salas de Capacitación de IDESAA en Monterrey.

Modalidad En Vivo Online:

1. Es muy fácil, sólo necesitas una computadora con banda ancha y una capacitación de 15 minutos para ingresar sin problemas a las sesiones.
2. En esta modalidad el participante podrá ver y escuchar al instructor en tiempo real, con la opción de interactuar con él y sus compañeros haciendo preguntas vía chat o de viva voz, tal como si estuviera en el aula presencial.
3. Los Cursos en Vivo Online son una herramienta útil para adquirir conocimientos desde cualquier lugar.



Acerca de IDESAA

IDESAA Escuela de Negocios impulsa el crecimiento de los ejecutivos generando progreso en sus empresas.

Los programas de capacitación se caracterizan por su **enfoque a resultados**: los participantes aplican lo que aprenden en su ambiente laboral. Los **maestros**, consultores de primer nivel y directivos de empresas, ejercen en su campo profesional y están comprometidos con el aprendizaje. La **experiencia de valor y el networking** es excepcional.

Fundada en 1992, con oficinas en la Ciudad de México, Monterrey y Querétaro y presencia en todo el país, IDESAA ofrece: Cursos y Diplomados, Posgrados con Validez Oficial, Capacitación En Vivo Online y Virtual.

Capacita en las áreas:

- Administración
- Gestión y Dirección de Negocios
- Liderazgo y Competencias Gerenciales
- Comercio Exterior
- Recursos Humanos
- Ventas y Mercadotecnia
- Finanzas, Contabilidad e Impuestos
- Informática
- Calidad y Productividad

Miles de egresados recomiendan a IDESAA. Se han organizado 842 diplomados abiertos con 5,946 egresados; miles más en programas InCompany. En total más de 25,000 ejecutivos capacitados.

Nuestros Clientes



Algunas **empresas** que nos confiaron su **capacitación** en años anteriores y de nuevo en 2016:

- 7 Eleven
- Akzo Nobel
- Arca Continental
- Bimbo
- Cervecería Cuauhtémoc
- Cemex
- Christus Muguerza
- Consorcio Mexicano de Hospitales
- Daimler
- Dicipa
- Dina
- Epicor
- Farmacias del Ahorro
- Femsa Logística
- Financiera Mexi
- Gas Natural
- Grupo Scanda
- Home Interiors
- Hotel Safi
- Hyundai
- IMSA Plastics
- JCI
- Lala
- Lamosa
- Liverpool
- Metalsa
- Metrofinanciera
- Multimédios
- OXXO
- Pasa
- Puma
- Ragasa
- Semex
- Sigma Alimentos
- Stabilit
- Swarovski
- Torrey
- Vitro
- Yazaki
- Trane
- Veritas
- Vitro
- Walmart/Sams
- World Trade Center
- Xerox
- Xignux

→ MONTERREY N.L.

Plaza Carranza. Venustiano Carranza
500-40 Nte.
Zona Centro. C.P. 64000.
Tel. (81) 8346-5600

→ CIUDAD DE MÉXICO

Antara Polanco. Av. Ejército Nacional
843-B. Piso 5 Col. Granada.
Delegación Miguel Hidalgo. C.P. 11520.
Tel. (55) 8000-1907

→ QUERÉTARO QRO.

Central Park. Av. Armando Birlain Shaffler
2001 Corporativo 2, Piso 7, Col. Centro Sur.
C.P. 76090.
Tel. (442) 290-8435



IDESAA Escuela de Negocios