

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

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.

Descuentos para Diplomados y Cursos—Taller*

- 2 x 1^{1/2}
- 3 x 2

- Aplica para Diplomados o Cursos del mismo valor y sobre el precio de lista.
- En caso de que los cursos no tengan el mismo valor, se hará un descuento especial.



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

