CURSO · DESARROLLO PERSONAL

Gestión Efectiva del Tiempo y Productividad Laboral

MODALIDAD	DURACIÓN	DISTRIBUCIÓN REFERENCIAL
Online en vivo (sincrónico)	**8, 16 o 24 horas, según la versión**	**75 % teoría · 25 % práctica**

DESCRIPCIÓN

Maximice el rendimiento de sus equipos mediante estrategias comprobadas de organización, priorización y eliminación de actividades improductivas.

OBJETIVO GENERAL

Al finalizar el curso, los participantes serán capaces de organizar y priorizar su trabajo y el de sus equipos, aplicando técnicas de gestión del tiempo que reduzcan las actividades improductivas y aumenten el rendimiento.

DIRIGIDO A

Jefaturas, supervisores, profesionales y trabajadores de cualquier área que buscan mejorar su organización personal y la productividad de su equipo.

APRENDIZAJES ESPERADOS

- Diagnosticar el uso actual del tiempo e identificar ladrones de tiempo
- Priorizar tareas con la matriz de Eisenhower y el principio de Pareto
- Planificar la semana con bloques de tiempo y metas claras
- Gestionar interrupciones, reuniones y correos de manera eficiente
- Aplicar herramientas digitales y hábitos de productividad en el equipo

CONTENIDOS

Módulo 1: Diagnóstico del uso del tiempo

- Registro de actividades
- Ladrones de tiempo internos y externos
- Procrastinación y sus causas
- Relación entre tiempo, energía y foco

Módulo 2: Priorización y planificación

- Matriz de Eisenhower
- Principio de Pareto
- Metas SMART
- Planificación semanal y bloques de tiempo

Módulo 3: Gestión de interrupciones y reuniones

- Técnica Pomodoro y trabajo profundo
- Reuniones efectivas
- Manejo del correo y la mensajería
- Delegación efectiva

Módulo 4: Productividad del equipo

- Herramientas digitales de tareas y calendario
- Acuerdos de trabajo en el equipo
- Seguimiento de compromisos
- Plan personal de mejora

METODOLOGÍA

Taller vivencial con autodiagnósticos, ejercicios de planificación sobre la agenda real de cada participante y análisis de casos adaptados a la empresa cliente.

EVALUACIÓN

Evaluación de los aprendizajes mediante actividades prácticas y/o prueba final. Quienes aprueban reciben un certificado de participación emitido por Saberes OTEC SpA, verificable en saberesotec.cl.

Contenido propuesto y adaptable. Este programa es una propuesta referencial: los contenidos, la duración y la modalidad están sujetos a cambios según los requerimientos del cliente y se adaptan al giro y tipo de negocio de cada empresa. El curso puede dictarse en forma presencial, online en vivo o e-learning.