

TELETRABAJO: HOME OFFICE



Área: Recursos Humanos
Modalidad: Teleformación
Duración: 50 h
Precio: 400.00€

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

DESTINATARIOS

- **Profesionales** que deseen aprender a **gestionar y mejorar su eficacia personal** y profesional realizando una mejor gestión del tiempo durante el desempeño en su teletrabajo.
- **Todas aquellas personas** que **independientemente de su actividad** laboral o situación, quieran aprender sobre el **teletrabajo, la gestión del tiempo y la resiliencia emocional**.

OBJETIVOS

- Conocer la evolución del trabajo que ha posibilitado la existencia del teletrabajo. - Estudiar el marco jurídico del teletrabajo, el perfil y los diferentes puestos del ámbito. - Entender como la Responsabilidad Social Empresarial y la conservación del medio ambiente se involucran con el teletrabajo.

CONTENIDOS

Tema 1. La evolución del trabajo hacia el teletrabajo. 1. Introducción. 2. Situación actual del teletrabajo. 2.1. Teletrabajo y nuevas formas de trabajar. 2.2. Teletrabajo en España. 2.3. Teletrabajo en el mundo. 3. Barreras y factores de éxito del teletrabajo. 3.1. Barreras al teletrabajo. 3.2. Factores de éxito del teletrabajo. 3.2.1. Gestión del desempeño enfocada a la gestión empresarial por objetivos. 3.2.2. La estrategia de colaboración en el entorno empresarial. 3.2.3. La dirección por objetivos. 3.2.4. La diversidad como cultura en la organización. 4. Implementación de un sistema de teletrabajo. 5. Inversiones necesarias para el teletrabajo. Tema 2. Modelo y herramientas para el teletrabajo. 1. Guía para definir un modelo de teletrabajo. 1.1. Planteamiento, puestos y perfiles. 1.2. Utilizar la tecnología para potenciar el teletrabajo. 1.3. Formación y sensibilización de toda la compañía. 1.4. Comunicación interna y externa. 1.5. Puesta en marcha del teletrabajo: la experiencia piloto, seguimiento y métricas. 1.6. El balance de los beneficios y las inversiones necesarias para el teletrabajo. 1.6.1. Análisis de partidas gastos / ingresos en un plan de viabilidad asociado al teletrabajo. 2. Marco jurídico del teletrabajo. 2.1. Introducción general. 2.2. El marco normativo español: el trabajo a distancia. 2.2.1. La definición legal. 2.2.2. La forma del contrato. 2.2.3. Las condiciones laborales de los trabajadores. 2.2.4. Los derechos de representación colectiva del teletrabajador. 2.2.5. Seguridad y salud del trabajador a distancia. 2.2.6. Algunos temas pendientes en la regulación del teletrabajo. 2.2.7. Negociación y acuerdos colectivos. 2.2.8. Una propuesta de regulación de los contratos de teletrabajo. 3. La tecnología al servicio del teletrabajo: herramientas tecnológicas que faciliten el acceso virtual a la información. 4. Casos de éxito: buenas prácticas del teletrabajo. 5. El teletrabajo como parte de la RSE. 5.1. Enfoque conceptual. 5.2. Normas y guías de RSE. 5.2.1. ISO 26000 guía de responsabilidad social. 5.2.2. Guidelines del global reporting initiative (gri-g3). 5.2.3. Otras normas de RSE (RS10, SGE21, UNE 165010 y Abnt NBR 16001). 5.3. El teletrabajo y la conservación del medio ambiente. Tema 3. Gestión del tiempo y planificación de tareas. 1. Introducción a la optimización del tiempo. 2. Gestión productiva del tiempo. 3. Variables que restan tiempo significativamente. 4. Evaluación de la organización del tiempo. 5. La planificación como marca personal. 6. Planificación empresarial. 7. Influencia de las habilidades cognitivas básicas en la gestión temporal. Tema 4. Resiliencia emocional. Automotivación. 1. ¿Qué es la resiliencia? 2. Motivación. 2.1. Teorías sobre la motivación. 2.1.1. Teoría de las motivaciones racionales. 2.1.2. Teorías vinculadas al incentivo: la

motivación intrínseca y extrínseca. 2.1.2.1. Motivación intrínseca. 2.1.2.2. Motivación intrínseca y la teoría de los 16 deseos básicos. 2.1.2.3. Motivación extrínseca. 2.1.3. Teoría del condicionamiento operante. 2.1.4. Teoría de la reducción de pulsión. 2.1.5. Teoría de la disonancia cognitiva. 2.1.6. Teoría del contenido de la motivación. 2.1.6.1. Teoría de las necesidades de Maslow. 2.1.6.2. Teoría de los dos factores de Herzberg. 2.1.6.3. Teoría ERC. 2.1.6.4. Teoría de las necesidades de McClelland. 3. Automotivación.

METODOLOGIA

- **Total libertad de horarios** para realizar el curso desde cualquier ordenador con conexión a Internet, **sin importar el sitio desde el que lo haga**. Puede comenzar la sesión en el momento del día que le sea más conveniente y dedicar el tiempo de estudio que estime más oportuno.
- En todo momento contará con un el **asesoramiento de un tutor personalizado** que le guiará en su proceso de aprendizaje, ayudándole a conseguir los objetivos establecidos.
- **Hacer para aprender**, el alumno no debe ser pasivo respecto al material suministrado sino que debe participar, elaborando soluciones para los ejercicios propuestos e interactuando, de forma controlada, con el resto de usuarios.
- **El aprendizaje se realiza de una manera amena y distendida**. Para ello el tutor se comunica con su alumno y lo motiva a participar activamente en su proceso formativo. Le facilita resúmenes teóricos de los contenidos y, va controlando su progreso a través de diversos ejercicios como por ejemplo: test de autoevaluación, casos prácticos, búsqueda de información en Internet o participación en debates junto al resto de compañeros.
- **Los contenidos del curso se actualizan para que siempre respondan a las necesidades reales del mercado**. El departamento multimedia incorpora gráficos, imágenes, videos, sonidos y elementos interactivos que complementan el aprendizaje del alumno ayudándole a finalizar el curso con éxito.

REQUISITOS

Los requisitos técnicos mínimos son:

- Navegador Microsoft Internet Explorer 5.5 o superior, con plugin de Flash, cookies y JavaScript habilitados. No se garantiza su óptimo funcionamiento en otros navegadores como Firefox, Netscape, Mozilla, etc.
- Resolución de pantalla de 800x600 y 16 bits de color o superior.
- Procesador Pentium II a 300 Mhz o superior.
- 32 Mbytes de RAM o superior.