

El equilibrio entre la vida profesional y la personal

Martha Alles



- Todas las personas poseen diferentes intereses que desean armonizar.



- Las organizaciones, a través de las buenas prácticas, pueden implementar métodos y procedimientos tendientes a que todas las personas puedan armonizar sus diferentes intereses.



- Los jefes son los primeros en detectar cuando una persona no armoniza sus diferentes intereses personales.

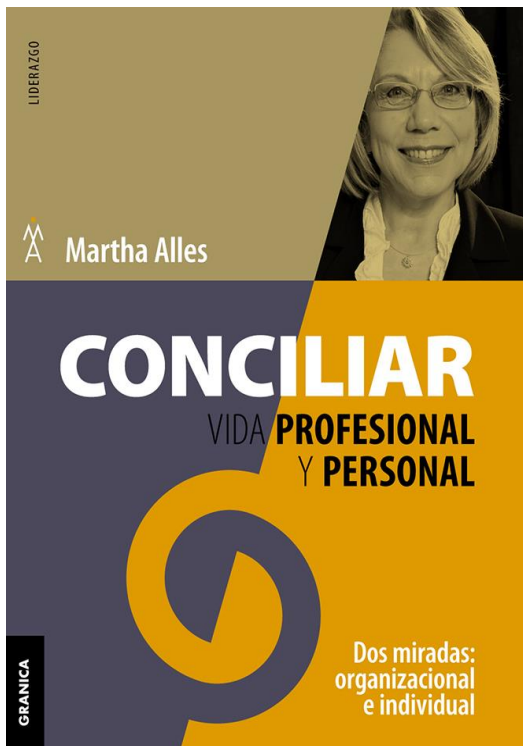


- Cada uno de nosotros puede hacer algo para armonizar sus diferentes intereses personales.



- La mujer y sus distintos intereses
- La mujer y sus distintos roles
- El síndrome de la *Mujer Maravilla*
- Las distintas etapas de la vida / etapas biológicas





VIDA PROFESIONAL Y PERSONAL
Los distintos intereses personales

VIDA PROFESIONAL Y PERSONAL
DESDE LA PERSPECTIVA DE LA
ORGANIZACIÓN

VIDA PROFESIONAL Y PERSONAL
DESDE LA PERSPECTIVA INDIVIDUAL

PERSPECTIVA
INDIVIDUAL

12 PASOS PARA CONCILIAR VIDA PROFESIONAL Y PERSONAL

Desde la mirada individual

Intereses
Personales

Reconocer

Priorizar

Valores

Visión

Estrategia

Carrera

Pendientes

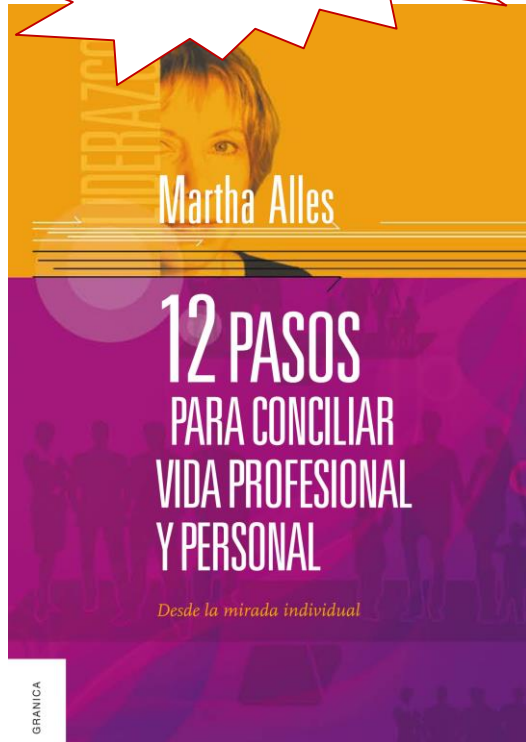
Prioridades

Planificar

Delegar

Aprovechar
el tiempo

PERSPECTIVA
INDIVIDUAL



1. Reconozca sus intereses personales
2. Priorice sus intereses personales
3. Reconozca sus valores y compárelos con los de su organización
4. Analice su visión individual con la visión y estrategia organizacional
5. Determine cuál es su carrera futura deseada
6. Agenda profesional sin pendientes
7. Agenda personal sin pendientes
8. Resuelva conflictos entre prioridades
9. Planifique temas profesionales y personales
10. Delegue temas profesionales y personales
11. Aproveche el tiempo
12. Revise sus intereses personales y prioridades después de los 11 pasos anteriores

ENCUÉNTRENOS EN SOCIAL MEDIA



@marthaalles



Martha Alles International



Martha Alles International