

# Diplomado en Autocontrol y Autoeficacia





## Diplomado en Autocontrol y Autoeficacia

Idioma: Español

Modalidad: Online

Duración: 1 mes

Acreditación: TECH - Universidad Tecnológica

Horas: 75 h.

Dirigido a: Titulados superiores y profesionales con experiencia demostrable en la gestión de personas, o directivos con experiencia en otras áreas gerenciales, que vayan a desempeñar funciones en el área de RRHH.

Acceso web: <https://www.techtitute.com/escuela-de-negocios/diplomado/autocontrol-y-autoeficacia>

# Índice

01	02	03	04
Bienvenida	¿Por qué estudiar en TECH?	Metodología docente	Objetivos
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<i>pág. 4</i>	<i>pág. 6</i>	<i>pág. 10</i>	<i>pág. 18</i>
05	06	07	
Estructura y contenido	Perfil de nuestros alumnos	Titulación	
<hr/>	<hr/>	<hr/>	
<i>pág. 22</i>	<i>pág. 28</i>	<i>pág. 32</i>	

# 01

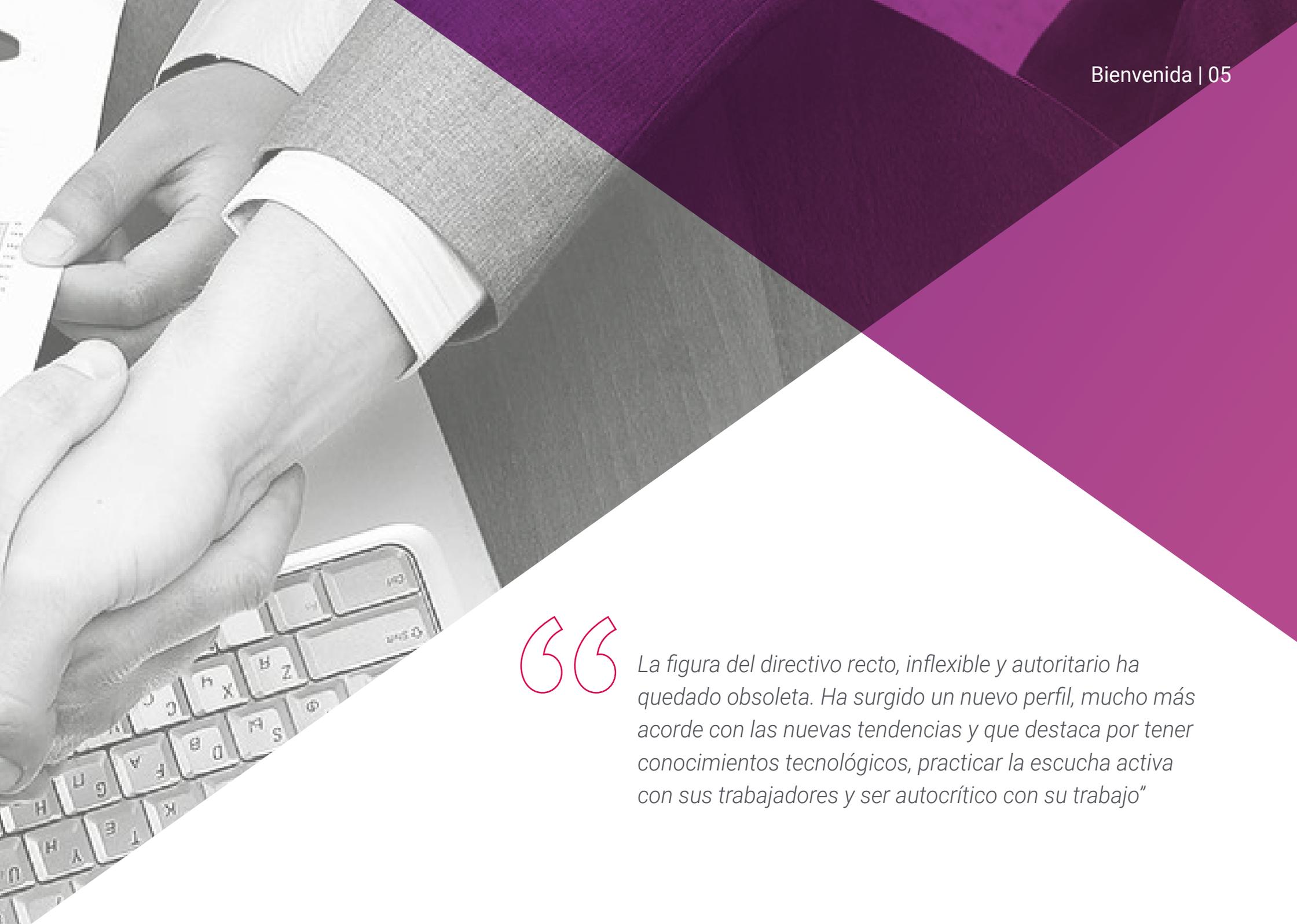
## Bienvenida

El Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia de TECH – Universidad Tecnológica es un programa intensivo que te prepara para afrontar retos y decisiones empresariales en la selección, remuneración, motivación y gestión estratégica de personas tanto en el ámbito nacional como internacional. Su objetivo principal es favorecer tu crecimiento personal y profesional, ayudándote a conseguir el éxito.

Si quieres superarte a ti mismo, conseguir un cambio positivo a nivel profesional y relacionarte con los mejores, éste es tu sitio.



Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia. TECH - Universidad Tecnológica



“

*La figura del directivo recto, inflexible y autoritario ha quedado obsoleta. Ha surgido un nuevo perfil, mucho más acorde con las nuevas tendencias y que destaca por tener conocimientos tecnológicos, practicar la escucha activa con sus trabajadores y ser autocrítico con su trabajo”*

02

## ¿Por qué estudiar en TECH?

TECH - Universidad Tecnológica es una escuela de negocio 100 % online que tiene fuerte presencia tanto en España como en América Latina, con grandes alianzas internacionales y una intensa trayectoria educativa y empresarial.



“

*Nuestra propuesta de valor está moviendo los cimientos de las escuelas de negocio tradicionales. Contamos con los mejores recursos académicos, un cuadro docente compuesto por los profesionales en ejercicio más destacados y la metodología más exigente. Y todo ello a un precio sin competencia”*

### En TECH - Universidad Tecnológica



#### Innovación

Te ofrecemos un modelo de aprendizaje en línea que combina la última tecnología educativa con el máximo rigor pedagógico. Un método único con el mayor reconocimiento internacional.

"*Caso de Éxito Microsoft Europa*", por incorporar en nuestros programas el novedoso sistema de multivídeo interactivo. Además, nuestro equipo recibió el "*Premio Emprendedor*" en el Congreso Mundial Expoelearning 2010, el evento de elearning más importante en habla hispana.



#### Máxima exigencia

Nuestro criterio de admisión no es económico. No necesitas 100.000 US\$ para estudiar con nosotros. Eso sí, para titularte con TECH pondremos al límite tu inteligencia y tu capacidad para resolver problemas. Nuestro listón académico está muy alto...

**65 %**

de los alumnos de TECH finaliza sus estudios con éxito.



#### Networking

Te ofrecemos un entorno incomparable para realizar un intercambio de conocimiento y un networking de alta calidad.

**38.000**

directivos formados  
cada año

**23**

nacionalidades distintas



#### Empowerment

Crece de la mano de las mejores empresas y profesionales de gran prestigio e influencia. Hemos desarrollado alianzas estratégicas y una valiosa red de contactos con los principales actores económicos de Europa y América.

**+500**

acuerdos de colaboración con las mejores empresas



#### Talento

Te brindamos un espacio donde intercambiar ideas, experiencias y reflexiones entre ejecutivos, profesionales, emprendedores y líderes de opinión.

**> 150.000**

egresados

**400**

e-seminarios  
anuales

**40**

grupos de  
investigación



#### Contexto multicultural

Comparte con nosotros una experiencia única. Estudiarás en un contexto multicultural. En un programa con visión global.

**+ 35**

nacionalidades



## Lo que nos hace únicos



### Excelencia académica

---

Ponemos a tu alcance la mejor metodología de aprendizaje online. Combinamos el método Relearning (metodología de aprendizaje de posgrado con mejor valoración internacional), junto a los **case studies** de la Harvard Business School. Tradición y vanguardia en un difícil equilibrio, y en el contexto del más exigente itinerario formativo.



### Economía de escala

---

Somos los más grandes. El grupo TECH tiene un portfolio de +1.500 posgrados universitarios. Y, en la nueva economía, *volumen + tecnología = precio disruptivo*.



*Somos los mejores. Por nuestra rigurosa metodología, por nuestra colaboración con la Harvard Business School y porque tenemos el mejor profesorado"*



### Aprende con los mejores

---

Nuestro equipo docente explica en las aulas lo que le ha llevado al éxito en sus empresas, trabajando desde un contexto real, vivo y dinámico.

**+3.000**

profesores

**+20**

nacionalidades

**53 %**

Phd doctorados  
en prestigiosas  
universidades



### Capacidad Analítica

---

Exploramos tu lado crítico, tu capacidad de cuestionarte las cosas, tu competencia en resolución de problemas, tus habilidades interpersonales.

# 03

## Metodología docente

Nuestro **Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia** te ofrece un método revolucionario de desarrollo de tus habilidades directivas. Nuestro objetivo es afianzar tus competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.





“

Nuestra escuela es la primera en el mundo que combina los **“case studies” de Harvard Business School** con un sistema de aprendizaje **100 % online** basado en la reiteración”

## 12 | Metodología docente

### Un método de aprendizaje innovador y diferente

Nuestro Diplomado te ofrece un método revolucionario de desarrollo de tus habilidades directivas. Para ello, nos basamos en los **case studies** de la HBS.

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las escuelas de negocios más prestigiosas del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el **método del caso** consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el **método del caso**, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo de este mes, te enfrentarás a múltiples casos reales de alta dirección. Deberás integrar todos tus conocimientos, trabajar en equipo, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.

Nuestra escuela es la primera en el mundo que combina los **“case studies”** de **Harvard Business School** con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos diferentes que suponen una evolución con respecto al simple estudio y análisis de casos.

Es el propio alumno el que va construyendo su competencia profesional a través de diferentes modelos pedagógicos como el de Roger Schank (**Learning by doing, Stanford, Yale**) o el de George Kember (**Design Thinking, d.school, Stanford**), y se convierte en protagonista activo de su proceso de enseñanza-aprendizaje.

Nos basamos en los **“case studies”** de la **Harvard Business School**.



“ El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales ”

## Relearning Methodology



Potenciamos los “case studies” de la HBS con el mejor método de enseñanza 100 % online: **el Relearning**.

“ En 2015 obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online de América Latina”

*La puntuación global que obtiene nuestro sistema de aprendizaje es de **8.01**, con arreglo a los más altos estándares internacionales.*

*Cuenta con un itinerario formativo personalizado y guiado por expertos.*

### Una metodología vanguardista para formar a los directivos del futuro

Esta metodología, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning. Nuestra escuela de negocios es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2015 hemos conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del Diplomado, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en habla hispana.

En nuestro **Diplomado en Sistemas de Compensación en Recursos Humanos**, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprendemos – desaprendemos – olvidamos – reaprendemos). Por eso combinamos cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

Con esta metodología hemos formado a más de 150.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes. En ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 42 años.

El **Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia** se presenta como una acción formativa que favorece la conexión, el aprendizaje, la participación y la construcción del conocimiento.

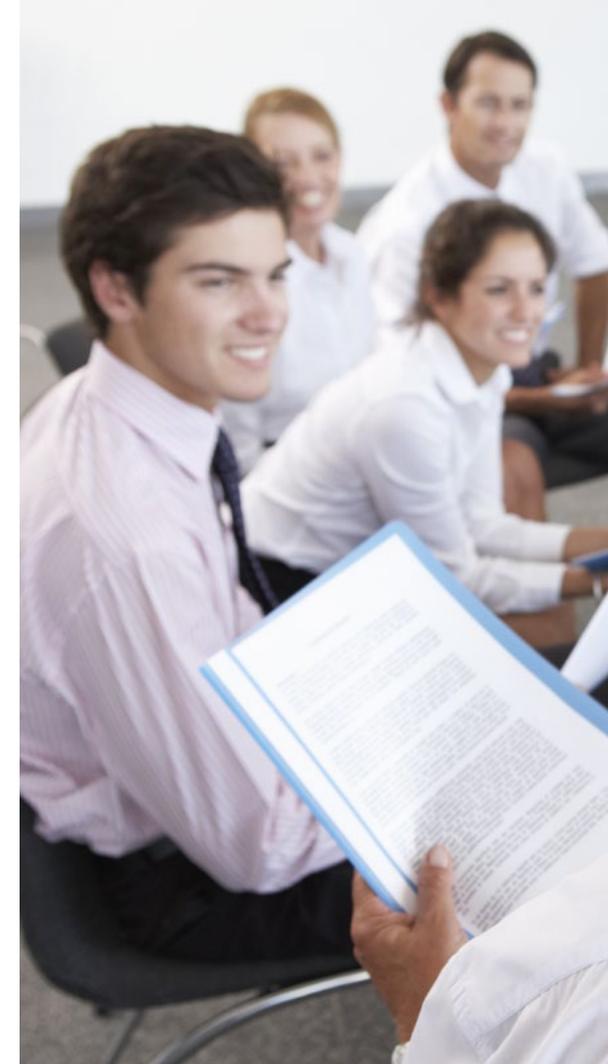
Emprenderás con nosotros un itinerario formativo con una orientación eminentemente práctica, activa y participativa.

Cada alumno tiene asignado un mentor personal que vela por el idóneo aprovechamiento del programa.

En aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, contarás con un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

“

*Nuestro sistema te permitirá organizar tu tiempo y ritmo de aprendizaje adaptándolo a tus horarios. Podrás acceder a los contenidos desde cualquier dispositivo con conexión a internet (ordenador, tablet, smartphone)”*





A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes, los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina *Neurocognitive context-dependent e-learning*, los diferentes elementos de nuestro **Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia** están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.

*... y todo ello con los mejores materiales de aprendizaje a la vanguardia tecnológica y pedagógica*

## 16 | Metodología docente

En el Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia de TECH - Universidad Tecnológica tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti.



### Material de estudio

Tras un complejo proceso de producción, transformamos los mejores contenidos a formato multimedia de alta calidad pedagógica y audiovisual.

Seleccionamos y ponemos a tu disposición **el mejor temario**. Todo lo que necesitas para conocer en profundidad esta disciplina, de la A a la Z.

Lecciones redactadas y escogidas por altos directivos especialistas en cada una de las materias.



### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



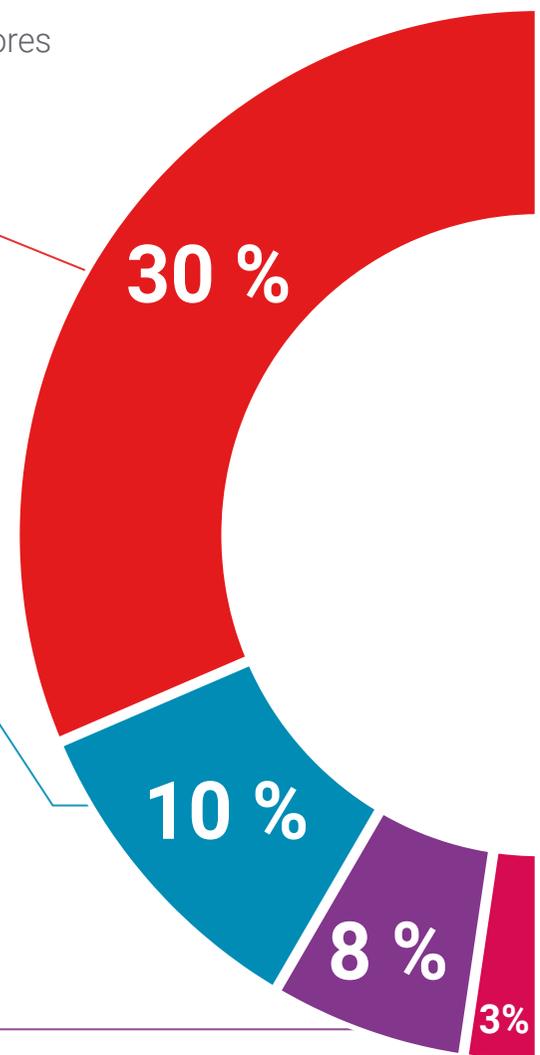
### Prácticas de habilidades directivas

Realizarás actividades de desarrollo de **competencias directivas específicas en cada área temática**. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un alto directivo precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... en nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu programa.





**Case Studies**

Completarás una selección de los mejores *business cases* que se emplean en la *Harvard Business School*. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas en alta dirección del panorama latinoamericano.



**Resúmenes interactivos**

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo de formación para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



**Testing & Retesting**

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del **Diplomado en Diseño de Puestos de Trabajo, Reclutamiento**. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



# 04

## Objetivos

Este programa está diseñado para afianzar las capacidades directivas y de liderazgo, además de desarrollar nuevas competencias y habilidades que serán imprescindibles en tu desarrollo profesional. Tras el programa serás capaz de tomar decisiones de carácter global con una perspectiva innovadora y una visión internacional.



“

*Tener experiencia internacional, compromiso ético y visión de negocio son algunas de las características más demandadas en los directivos de la era digital”*

Tus objetivos son los nuestros.

Trabajamos conjuntamente para ayudarte a conseguirlos.

El Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia te capacitará para:

01

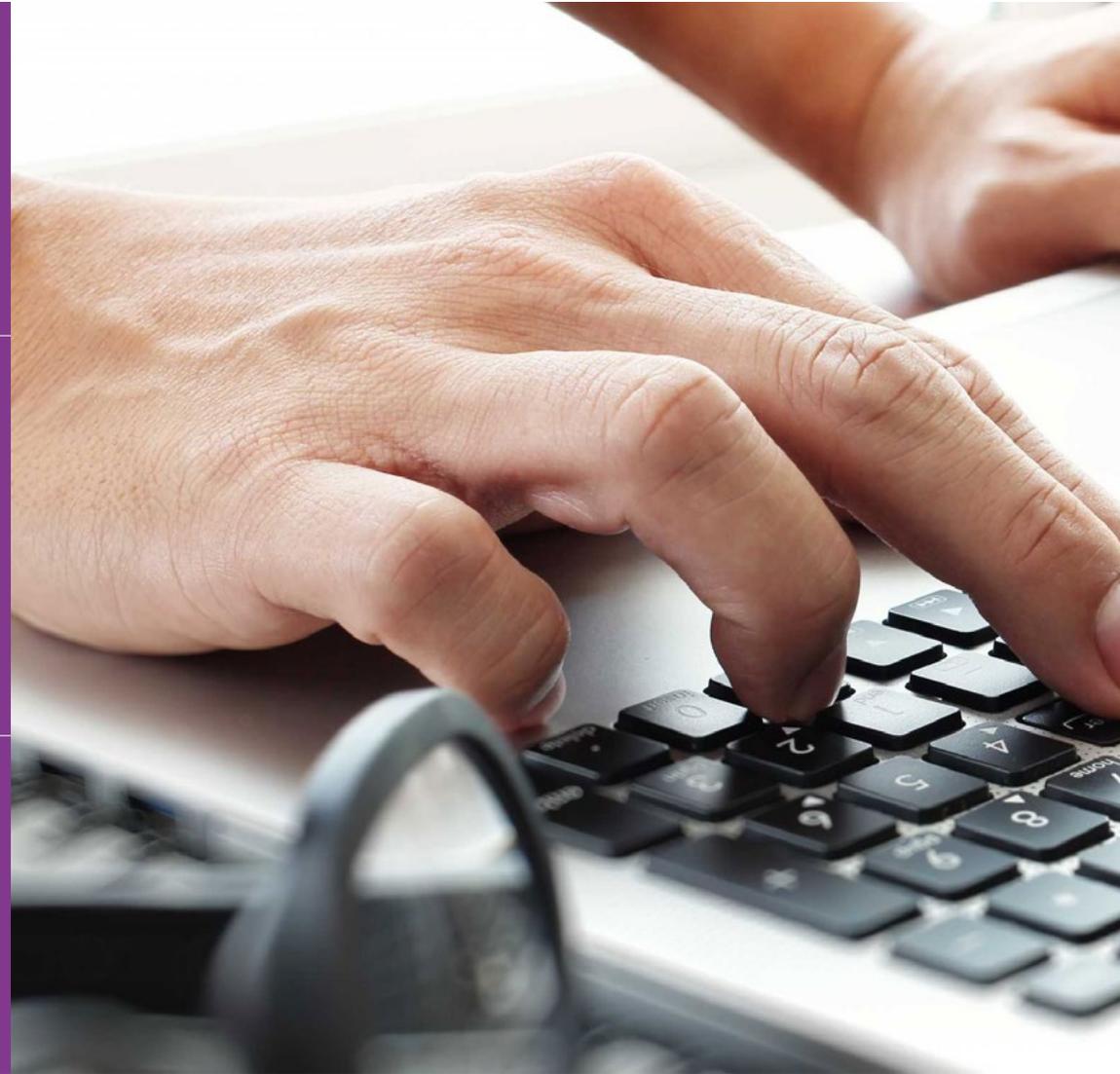
Desarrollar metodologías y técnicas de vanguardia en la gestión de personas y desarrollo del talento dentro de la organización mediante el coaching.

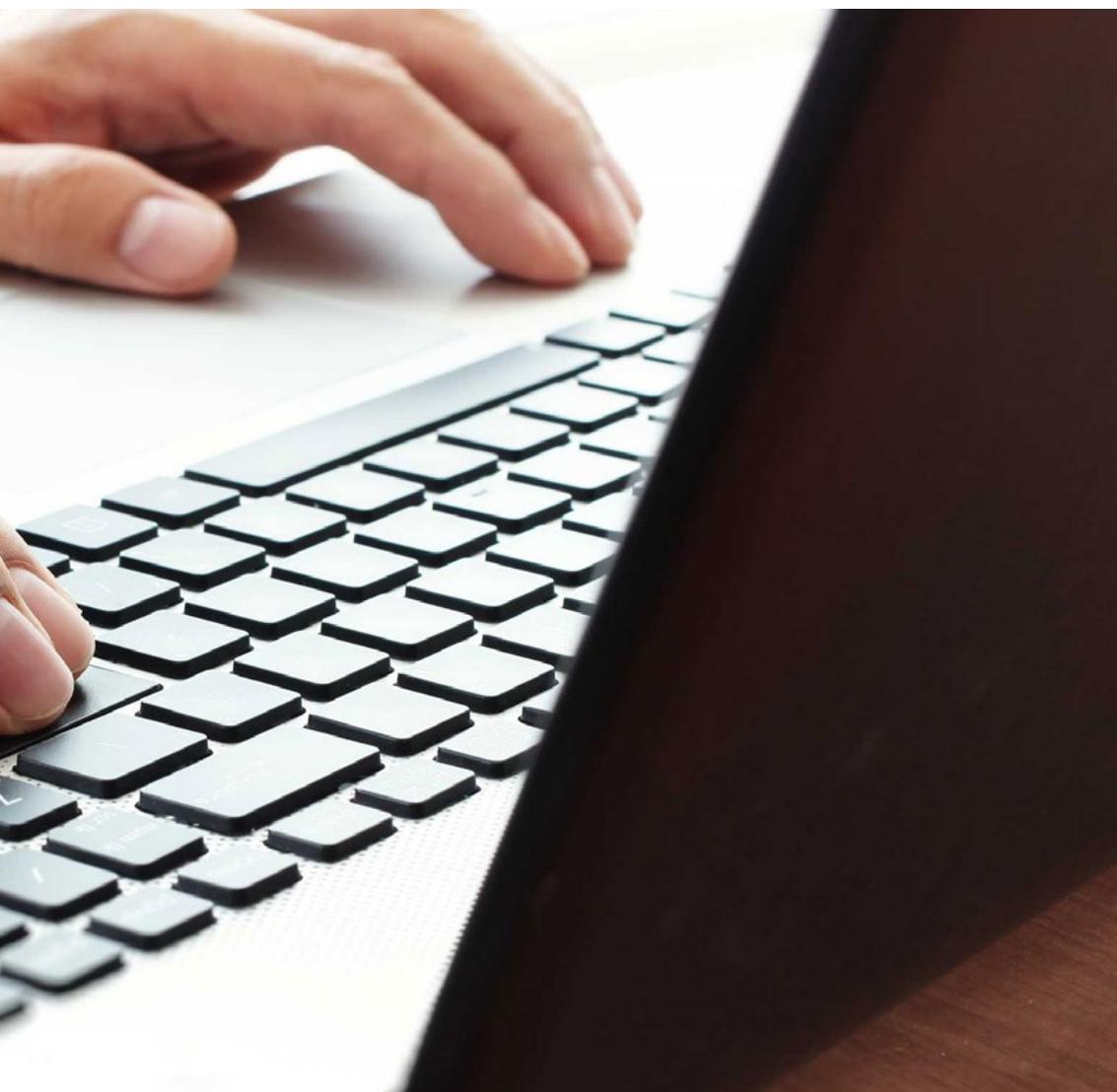
02

Practicar técnicas de comunicación interna adecuadas para mantener la cohesión y transmitir correctamente los objetivos estratégicos.

03

Conocer las bases neurobiológicas de las emociones, la empatía y las conductas sociales.





04

Realizar un mapa de eficiencia racional.

05

Practicar técnicas de comunicación interna adecuadas para mantener la cohesión y transmitir correctamente los objetivos estratégicos.

# 05

## Estructura y contenido

El Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia de TECH – Universidad Tecnológica es un programa a tu medida que se imparte en formato **100% online** para que elijas el momento y lugar que mejor se adapte a tu disponibilidad, horarios e intereses.

Un programa que se desarrolla a lo largo de **un mes** y que pretende ser una experiencia única y estimulante que siembre las bases para tu éxito en la gestión de la reputación empresarial.



“

*Lo que estudias es muy importante. Las destrezas y competencias que adquieres son lo fundamental. No encontrarás un temario más completo que este.”*

## 24 | Estructura y contenido

### Plan de estudios

El contenido del **Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia** está pensado para favorecer el desarrollo de las competencias directivas que permitan la toma de decisiones con un mayor rigor en entornos inciertos.

A lo largo de **75 horas** de formación, el alumno analiza multitud de casos prácticos mediante el trabajo individual y en equipo. Se trata, por tanto, de una auténtica inmersión en situaciones reales de negocio.

Este Diplomado trata en profundidad los aspectos de la gestión de recursos humanos que deben tenerse en cuenta en la empresa y está diseñado para formar a directivos que entiendan la Dirección de Personas desde una perspectiva estratégica, internacional e innovadora.

Un plan pensado para ti, enfocado a tu mejora profesional y que te prepara para alcanzar la excelencia en el ámbito del análisis y la métrica de la reputación corporativa. Un programa que entiende tus necesidades y las de tu empresa, mediante un contenido innovador basado en las últimas tendencias, y apoyado por la mejor metodología educativa y un claustro excepcional, que te otorgará competencias para resolver situaciones críticas de forma creativa y eficiente.

Este Diplomado se desarrolla a lo largo de **un mes** y cuenta con **1 módulo**:

Módulo 1

*Executive coaching*



**Dónde:**

En cualquier lugar con conexión a internet, o sin ella con los contenidos descargados

**Cómo:**

Mediante la plataforma online más potente del mercado

**Cuando:**

Cuando tú lo decidas, en cualquier momento.

## 26 | Estructura y contenido

### Módulo 1. *Executive coaching*

1.1. Neuromanagement

1.2. Autocontrol y autoeficacia

1.3. Coaching

1.4. Psicología Positiva

1.5. Dirección e inteligencia emocional

1.6. Empatía y colaboración

1.7. Gestión del tiempo



“

*Una experiencia de formación única, clave y decisiva para impulsar tu desarrollo profesional y dar el salto definitivo”*

# 06

## Perfil de nuestros alumnos

El **Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia** es un programa dirigido a profesionales del área financiera que quieran actualizar sus conocimientos, descubrir nuevas formas de dirección financiera y avanzar en su carrera profesional.

Este programa está especialmente dirigido a:

- ◆ Directivos y Gerentes de RR.HH.
- ◆ Business Partner.
- ◆ Consultores.
- ◆ Directivos y Gerentes de otras áreas funcionales.
- ◆ Profesionales de Recursos Humanos con experiencia.





“

*Si tienes experiencia en la gestión de personas y buscas una interesante mejora en tu trayectoria mientras sigues trabajando, este es tu programa”*

## 30 | Perfil de nuestros alumnos

### Edad media

Entre **35** y **45** años

### Años de experiencia

+ 14 años **8,5 %**

12-13 años **13,8 %**

10-11 años **19,2 %**

8-9 años **27,7 %**

5 años **7,7 %**

6-7 años **23,1 %**



### Formación

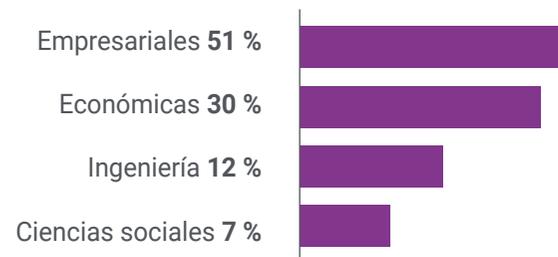
Empresariales **51 %**

Económicas **30 %**

Ingeniería **12 %**

Ciencias sociales **7 %**

5-8 años **57 %**



### Perfil académico

Banca comercial / Privada **20 %**

Consultoría **10 %**

Industria **13 %**

ONG / Entidades públicas **5 %**

Capital riesgo **5 %**

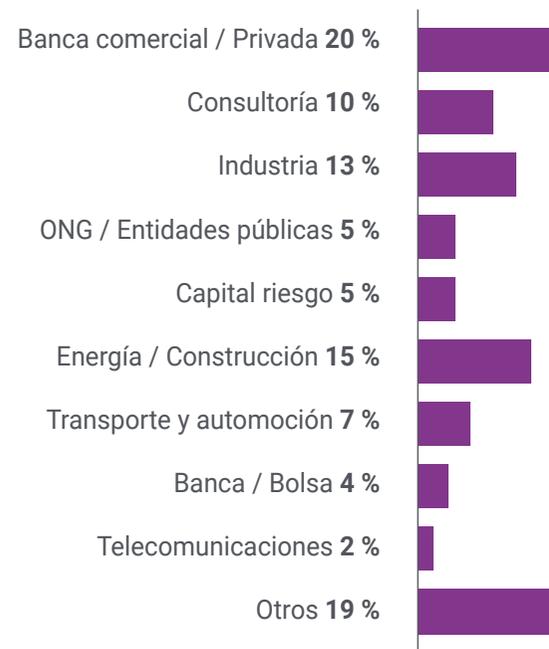
Energía / Construcción **15 %**

Transporte y automoción **7 %**

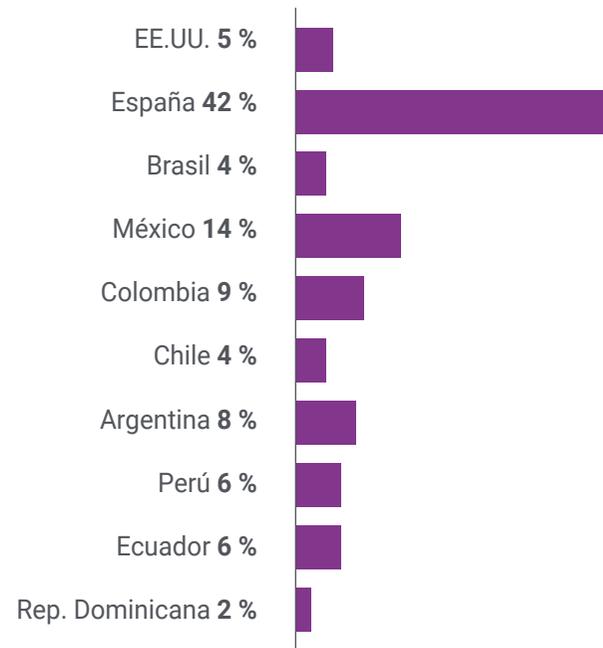
Banca / Bolsa **4 %**

Telecomunicaciones **2 %**

Otros **19 %**



## Distribución geográfica



## Sara Casanova

Directora de RRHH

*“El Diplomado en Autocontrol y Autoeficacia es el complemento perfecto para mi formación como Directora de Recursos Humanos. El cuadro docente, compuesto por profesionales del sector, te guía durante toda la formación. Asimismo, al ser 100% online resulta mucho más sencillo compaginar los estudios con la vida laboral.”*

# 07

## Titulación

El Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia le garantiza, además de la formación más rigurosa y actualizada, el acceso a una constancia de Diplomado expedido por la TECH - Universidad Tecnológica.



“

*Supera con éxito esta formación y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

## 34 | Titulación

Este programa te permitirá alcanzar la titulación en **Diplomado en Autocontrol Y Autoeficacia** obteniendo una constancia avalado por la **Universidad TECH**.

Tras la superación de las evaluaciones recibirás por correo postal, con acuse de recibo, tu constancia de **Diplomado en Diseño de Puestos de Trabajo, Reclutamiento y Selección** emitido por la **Universidad TECH**.

Diploma: **Diplomado en Autocontrol y Autoeficacia**

Nº Horas: 75



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención con un coste añadido de 140€ más gastos de envío del título apostillado.



## Diplomado en Autocontrol y Autoeficacia

Idioma: Español

Modalidad: Online

Duración: 1 mes

Acreditación: TECH - Universidad  
Tecnológica

Horas: 75 h.

# Diplomado en Autocontrol y Autoeficacia