

# Nuevas situaciones, nuevas soluciones

---

Píldoras formativas

27 DE ABRIL DE 2020

---

CONFEDERACIÓN DE CUADROS Y  
PROFESIONALES

Área de Salud y Seguridad Laboral



---

## Se han empezado a tomar medidas que flexibilizan y anticipan el esperado desconfinamiento, después de seis semanas de aislamiento en nuestros domicilios.

Sin embargo, el proceso va a ser gradual y posiblemente lento. Por lo que corremos el riesgo de seguir un proceso de desgaste psicológico y mayor estrés por la acumulación de horas de confinamiento.

Una vez más, os emplazamos a utilizar unos minutos de vuestro tiempo libre en adquirir nuevas destrezas y habilidades personales y profesionales que seguro utilizaréis en la compleja coyuntura económica y profesional que tenemos por delante.

Por ello os enviamos varias píldoras formativas, con un video en cada una, donde [Miguel Pedrera](#) (experto coaching) hará que reflexionemos sobre cómo afrontar cada tema a tratar y un plan de trabajo en el que se ofrecen herramientas concretas para aplicarlo a tu día a día

A continuación, os ofrecemos tres interesantes píldoras formativas

- [Afrontar el reto. ¿Y ahora qué?](#)

Ante las posibles dificultades que se nos ponen por delante, analizaremos y plantearemos un objetivo de lo que tenemos que afrontar y pasaremos a buscar soluciones.

- [Teléfono y mail ¿son tus enemigos?](#)

Estas dos herramientas de trabajo tan fundamentales en nuestro día a día pueden ponerse en nuestra contra si el uso que le damos y el lenguaje que utilizamos no es el correcto. Vamos a aprender cuales son las fórmulas para optimizar al máximo su uso.

- [¿Qué significa ser manager?](#)

¿Alguna vez te has parado a analizarte como jefe? Cómo te comunicas con tu equipo, si eres positivo, si escuchas a tu equipo y qué capacidad tienes de toma de decisiones.

Fuente: CeConsulting