



OBTENDRÁS DIPLOMA



# Técnicas de Bienestar Laboral en la Organización



Duración:  
8 horas



Modalidad:  
Presencial





# DESCRIPCIÓN

Técnicas de Bienestar Laboral en la Organización es un curso práctico diseñado para implementar **estrategias que promuevan un entorno laboral saludable** y alineado con los objetivos corporativos. Los participantes aprenderán a identificar fundamentos clave del bienestar, aplicar técnicas según las necesidades de la organización y prevenir riesgos psicosociales en el lugar de trabajo. A través de módulos interactivos, este programa ofrece herramientas efectivas para mejorar la calidad de vida laboral y potenciar el desempeño organizacional.



Duración:  
**8 horas**



Modalidad:  
**Presencial**



## Técnicas de Bienestar Laboral en la Organización

### ¿QUÉ APRENDERÁS?

- ✓ Aplicar técnicas de bienestar laboral en la organización de acuerdo con alineamiento estratégico corporativo.
- ✓ Identificar fundamentos básicos de bienestar laboral según ámbito organizacional.
- ✓ Identificar técnicas de bienestar laboral según requerimientos de la organización.
- ✓ Aplicar técnicas de prevención riesgos psicosociales según características del contexto laboral.

# Técnicas de Bienestar Laboral en la Organización

## MÓDULO I

### Competencias Digitales y Navegación en Plataforma

Habilidades Básicas de Computadora:

- Uso de herramientas digitales esenciales: correo electrónico, Teams, navegadores web.
- Introducción a la seguridad en línea y manejo de archivos en la nube.

Familiarización con la Plataforma Moodle:

- Acceso y configuración del perfil en Moodle.
- Navegación por módulos, entrega de tareas y uso de foros de comunicación.

## MÓDULO II

### Comunicación Efectiva

- Reflexión sobre el rol de los participantes en el programa.
- Identificación de objetivos personales y grupales.
- Estrategias para mejorar la comunicación interpersonal en el contexto académico y profesional.

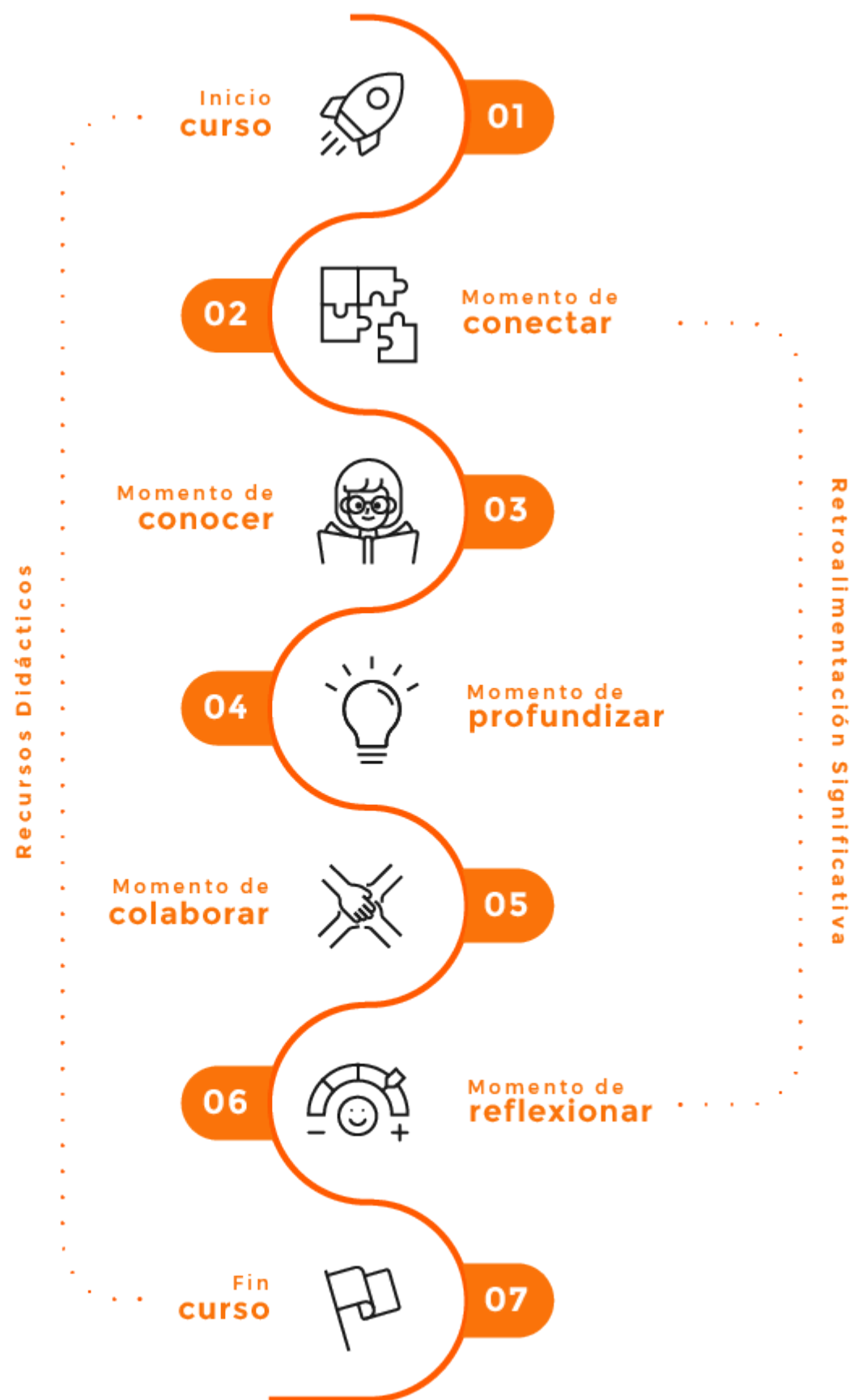
## MÓDULO III

### Definición de Objetivos

Proyectos de Pesca, Regulaciones e Identificación de Especies:

- Identificar el contexto general de los proyectos de pesca según marcos normativos vigentes.
- Contexto general de los temas del programa.
- Importancia de la sostenibilidad y las regulaciones en el sector.
- Reconocimiento básico de especies relevantes.





# Ruta de Aprendizaje

Nuestra trayectoria de aprendizaje ha sido diseñada para **orientar a los estudiantes** a través de un proceso educativo completo y dinámico, dividido en siete etapas clave:

**Inicio:**

Iniciamos el curso estableciendo expectativas claras.

**Conectar:**

Generamos vínculos entre los participantes y el contenido.

**Conocer:**

Presentamos los conceptos fundamentales del curso.

**Profundizar:**

Los estudiantes exploran a fondo el material proporcionado y practican.

**Colaborar:**

Fomentamos el trabajo en equipo para un aprendizaje práctico.

**Reflexionar:**

Fomentamos la reflexión crítica para consolidar y aplicar el conocimiento a través de evaluaciones.

**Cierre:**

Evaluamos y celebramos los logros al finalizar el curso.





# ¡Obten tu Diploma de Certificación al **aprobar** este curso!

## REQUISITOS DE **APROBACIÓN**

- ✓ Cumplir con el mínimo de asistencia a las **clases de un 75%**.
- ✓ Aprobar el curso con un **mínimo de 60 puntos** (en escala de 1 a 100).
- ✓ **Emisión de la Declaración Jurada**, según norma del Sence.

\*Si no apruebas el curso, obtendrás un Certificado de Participación.



# ¿POR QUÉ ESTUDIAR EN UDEC CAPACITA?



**+20 AÑOS  
CAPACITANDO**



**+40.000  
PARTICIPANTES  
CAPACITADOS**



**+900  
CURSOS  
EJECUTADOS**

**sence**

**MÁS DE  
500 CURSOS  
CODIFICADOS**



**N° 1 EN LA  
OCTAVA REGIÓN  
EN CURSOS  
SENCE**



**N° 24 de  
3.000 OTECs  
DE CHILE SEGÚN  
SENCE**



**SOMOS  
UDEC**



**CERTIFICACIÓN  
NCH 2728:2015  
BUREAU VERITAS**



**+100  
EMPRESAS  
HAN CONFIADO  
EN NOSOTROS**





Universidad  
de Concepción

Udec  
Capacita

Obtén tu **Diploma de Aprobación**  
al finalizar el curso

Contacto:

**Krishna Rodriguez Suazo**  
Asistente de Proyectos



krishnarodriguez@udec.cl



+56 41 220 7484



www.udeccapacita.cl