

Las claves para alcanzar la felicidad en el trabajo

Modalidad:

En línea

Lengua:

Español

Duración:

15 h

Destinatarios:

PAS

Destinatarios: perfil profesional

PAS de la Universitat de València

Calendario de realización

1ª Edición

Sesión	Fecha	Horario	Lugar
1ª	03/03/2021		
2ª	05/03/2021		
3ª	08/03/2021	09:30 - 12:30	En línea
4ª	10/03/2021		
5ª	12/03/2021		

Formación síncrona

Nota: Dada la temática del curso, y atendiendo a la evolución de la pandemia, las sesiones podrán cambiar de síncronas a presenciales intentando mantener, en cualquier caso, la programación de días y horarios establecidos y según criterio del profesorado.

Profesorado responsable

Andrés Salas Vallina

Doctor en Organización de Empresas.

Profesor de Habilidades Directivas.

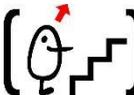
Consultor de Recursos Humanos en la Administración Pública.

Investigador en Gestión de Recursos Humanos.

Responsable de Investigación y Docencia en la Sección de Recursos Humanos de la Asociación Científica de Economía y Dirección de la Empresa.

Responsable de la Sección General de RRHH (*Organisational Behavior*) de la *European Academy of Management*.

VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA

 Servei de
Formació Permanent
i Innovació Educativa

Adreça: Centre de Formació i Qualitat "Manuel Sanchis Guarner"

c/ Serpis, 29 | 46022-València | Campus dels Tarongers

Telèfon | Fax 961 62 50 30 | 961 62 50 32

Correu electrònic: sfp@uv.es | udie@uv.es

Objetivos formativos y contenidos

OBJETIVOS

- Aproximarse al concepto de felicidad en el trabajo y entender sus componentes.
- Ser capaz de autoevaluar el grado de felicidad en el trabajo, y proponer estrategias para lograrla.
- Ser capaz de rediseñar el propio puesto de trabajo para ajustarlo mejor a nuestras expectativas.
- Profundizar en los principales factores que promueven la felicidad en el trabajo.

CONTENIDOS

Bloque temático 1. ¿Qué es la felicidad en el trabajo?

- El concepto de felicidad y beneficios generales.
- El concepto de felicidad en el trabajo, y razones para promoverla.
- Causas de la felicidad en el trabajo: el papel del jefe.

Bloque temático 2. ¿Soy feliz en el trabajo?

- El compromiso personal.
- La satisfacción laboral.
- El compromiso organizativo afectivo.

Bloque temático 3. Rediseña tu puesto de trabajo en función de tus necesidades

- ¿Qué es el *job crafting*?
- *Relational crafting, task crafting, y cognitive crafting.*

Bloque temático 4. Prácticas para la mejora de la felicidad en el trabajo

- Prácticas de recursos humanos que fomentan la felicidad en el trabajo.
- Claves en la configuración del puesto de trabajo para incrementar la felicidad en el trabajo.

Bloque temático 5. Mejora tu calidad de vida priorizando

- El establecimiento de objetivos.
- La planificación.
- El cumplimiento de nuestros propios compromisos.

Competencias que se desarrollarán

- Ser consciente de que se puede ser feliz en el trabajo.
- Ser capaz de identificar el papel del responsable inmediato en la felicidad en el trabajo de sus col-laboradores.
- Saber autodiagnosticar el nivel propio de felicidad en el trabajo.
- Ser capaz de utilizar las herramientas de *job crafting* para mejorar la felicidad en el trabajo.
- Saber identificar las prácticas de recursos humanos que fomentan la felicidad en el trabajo.
- Ser capaz de planificarse.

Criterios y procedimientos de evaluación de la actividad

Se valorará la participación activa en el aula.

Asistencia, como mínimo, al 85% del total de las horas y realizar las tareas obligatorias fijadas en el programa o encomendadas por el/la tutor/a o profesor/a.