



Centro Asociado Inside®



**INSIDE® LTDA.
CAPACITACIÓN**

ISO 9001:2000 CERTIFIED



CATÁLOGO

FORMATIVO

SERVICIOS DE CAPACITACIÓN

INSIDE® LTDA.

DESDE 1994

SANTIAGO – CHILE





CATÁLOGO DE CURSOS INSIDE® CAPACITACIÓN

A.- Área Recursos Humanos

- 1) *Administración del Tiempo y Organización del Trabajo*
- 2) *Administración del Presupuesto Familiar*
- 3) *Asertividad y Mejoramiento del Clima Laboral*
- 4) *Autoestima y Crecimiento Personal*
- 5) *Autocuidado y Manejo del Estrés Laboral*
- 6) *Autocuidado para el Personal de la Salud*
- 7) *Calidad en el Servicio y Trato al Usuarios en Salud*
- 8) *Comunicación y Expresión Corporal*
- 9) *Comunicación y Manejo del Estrés Laboral*
- 10) *Comunicación y Manejo de Emociones*
- 11) *Comunicación y Relaciones Humanas*
- 12) *Desarrollo de Habilidades y Estrategias a través del Humor (Hospital Clown)*
- 13) *Desarrollo de Habilidades de Liderazgo*
- 14) *Desarrollo de Equipos Eficientes de Trabajo*
- 15) *Desarrollo Personal y Manejo del Estrés Laboral*
- 16) *Evaluación por Desempeño y Gestión por Competencias*
- 17) *Gestión de Reuniones Efectivas*
- 18) *Inteligencia Emocional en la Empresa: Habilidades en el Trabajo*
- 19) *PNL y Calidad de Vida*
- 20) *PNL y Calidad en el Servicio*
- 21) *PNL y Comunicación Efectiva*
- 22) *PNL y el Manejo de Hábitos Saludables*
- 23) *PNL y Liderazgo Positivo*
- 24) *PNL y los Equipos de Trabajo*
- 25) *PNL y Psiconeuroinmunología (PNI)*
- 26) *Relaciones Humanas en la Empresa*
- 27) *Taller de Atención de Pacientes Difíciles*
- 28) *Taller de Administración y Resolución de Conflictos*
- 29) *Taller de Autocuidado y Desarrollo Integral*
- 30) *Taller de Gestión de Reuniones Efectivas*
- 31) *Taller de Inteligencia Emocional y Comunicación Asertiva y Empática*
- 32) *Taller de Innovación y Emprendimiento en el Puesto de Trabajo*
- 33) *Taller de Liderazgo Estratégico*
- 34) *Taller Negociación de Relaciones Humanas Nivel 1 y 2*
- 35) *Taller de Mediación Laboral*
- 36) *Taller de Terapias Complementarias en Salud*
- 37) *Técnicas de Comunicación Efectiva*
- 38) *Técnicas de Manejo del Estrés Laboral*
- 39) *Técnicas de Motivación Laboral*
- 40) *Técnicas de Autogestión Emocional*
- 41) *Técnicas de Negociación Efectiva Nivel 1, 2 y 3*
- 42) *Técnicas de Ortografía y Redacción Eficaz Nivel 1, 2 y 3*

INSIDE ® LTDA.

FONO: (56) (2) 223 0599 - FAX: (56) (2) 203 7711

E-mail: info@insidechile.cl - Web: www.insidechile.cl



B.- ÁREA CORPORAL Y DE AUTOCONOCIMIENTO

- 43) Taller de Autogestión Corporal
- 44) Taller de Autocuidado y Burnout
- 45) Taller de Estrés y Calidad de Vida
- 46) Taller de Imagen Personal y Atención al Cliente
- 47) Taller de Liderazgo Corporal: Self Management Leadership
- 48) Taller de Mindfulness para el Manejo del Estrés Laboral
- 49) Taller de Mindfulness para el Mejoramiento de la Productividad Laboral
- 50) Taller de Terapia Corporal y Máscaras
- 51) Talleres complementarios de Reiki, Chi Kung, Tai Chi, Cuencos Tibetanos, Dao Yin, Emotional Freedom Technique, Laughter Yoga, Masaje en silla y Biodanza

C.- PROGRAMAS DE GESTIÓN DE LA CALIDAD

- 52) Curso de Sistemas Integrados de Gestión de la Calidad
- 53) Curso Actualización ISO 9001:2008
- 54) Curso Auditor Interno ISO 9001:2008
- 55) Cursos Sistemas de Gestión de la Calidad Norma ISO 9001:2008

D.- PROGRAMAS ESPECIALES

- 56) Taller de PNI
- 57) Taller de Desarrollo Personal con Mandalas
- 58) Talleres de Planificación Estratégica, Control de Gestión y Balance Scorecard
- 59) Talleres Modulares: Técnicas de Negociación Efectiva
- 60) Talleres Outdoor "Battlefields" con Paint Ball
- 61) Talleres Outdoor de Liderazgo y Trabajo en Equipos
- 62) Programa Club de Walking para Equipos de Alto Rendimiento
- 63) Programa de Enlace Familia – Empresa
- 64) Programa Estilos de Vida Saludables
- 65) Programa de Habilidades Directivas
- 66) Jornadas de Calidad de Vida y Desarrollo Integral para el Personal
- 67) Work Life: Programa de Mejoramiento de la Calidad de Vida Laboral

E.- PROGRAMAS INTERNACIONALES PROJECT MANAGEMENT (EN INGLÉS)

- 68) Project Management Techniques
- 69) Advanced Project Management
- 70) Management Skills for Project Managers
- 71) Project Portfolio Mngement
- 72) Project Contract Management
- 73) The Project Management Office
- 74) In Depth: Scope Management
- 75) In Depth: Risk Management
- 76) In-Depth: Quality Management
- 77) Building High-Performance Teams

INSIDE ® LTDA.

FONO: (56) (2) 223 0599 - FAX: (56) (2) 203 7711
E-mail: info@insidechile.cl - Web: www.insidechile.cl



F- SESIONES PRÁCTICAS BREVES

- 78) Talleres Quick Learning 100% Prácticos (5 Hrs.)
- 79) Sesión de Planificación Personal y Metas con PNL (5 Hrs.)
- 80) Sesión de Imaginería Guiada "Fantastic Imaginary Guide" (3 a 5 hrs.)
- 81) Sesión de Manejo Emocional Post Terremoto (3 hrs.)
- 82) Sesión de Liberación Emocional a través de la Técnica del Voicing (1 hora)
- 83) Sesiones de Laughter Yoga - Yoga de la Risa (30 Minutos)
- 84) Sesiones de Mindfulness para la Reducción del Estrés y el Mejoramiento de la Productividad Laboral (45 minutos)

G.- PROGRAMAS DE DIPLOMADO

- 85) Diplomado en Gestión de la Calidad
- 86) Diplomado en Calidad de Vida y Estilos de Vida Saludables
- 87) Diplomado en Comunicación Asertiva y Resolución de Conflictos
- 88) Diplomado en Comunicación Estratégica
- 89) Diplomado en Habilidades Directivas
- 90) Diplomado en Liderazgo Estratégico

H.- PROGRAMAS DE EDUCACIÓN A DISTANCIA I3DL.COM

Consulte por nuestros i-cursos, talleres, charlas y programas de autoinstrucción.

I.- MAPA ESTRESOR INSIDE®STRESS

Diagnóstico Inicial Individual de Evaluación de los Niveles Estrés Laboral, mediante la cual se obtendrá un Mapa Estresor de la Organización **Inside®Stress**, indicando al personal que se encuentre en Alerta "Amarilla" y "Roja" por medio de lo cual se sugieren programas de apoyo e intervención organizacional.

J.- PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO Y APOYO EMOCIONAL INSIDE® CENTER

Ponemos a disposición de Nuestro Clientes el **Centro Integral para el Mejoramiento de la Productividad Laboral**, donde basados en los Employee Assistance Programme (Programas de asistencia al empleado) entregamos apoyo emocional para el manejo de la ansiedad, el cansancio y el estrés a través de sesiones individuales y grupales programadas en nuestro centro especializado **Inside® Center**.

INSIDE ® LTDA.

FONO: (56) (2) 223 0599 - FAX: (56) (2) 203 7711
E-mail: info@insidechile.cl - Web: www.insidechile.cl