



Conciliación **laboral y familiar**

Aprender a conciliar sin estrés

Edúkame: sistema novedoso de aprendizaje

Micro-learning para la mejora de habilidades personales

Edúkame es un sistema para mejorar habilidades personales (Soft skills) e inteligencia emocional dedicando pocos minutos al día.

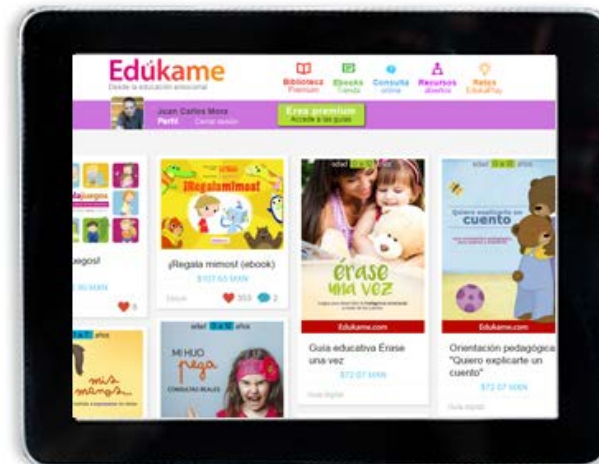
Ejemplo:

Mejorar nuestra paciencia.

Edúkame es una plataforma de micro aprendizaje.

Micro-learning

Aprendizaje basado en el uso de unidades pequeñas de contenido y de tecnologías flexibles que permiten a las personas acceder a ellos más fácilmente en momentos cotidianos.



Edúkame

Conciliación familiar y laboral

La conciliación genera rentabilidad para las empresas

La Conciliación
aumenta un 19%
la productividad de
la empresa

*barómetro Conciliación
Edenred-IESE 2012

Para combatir el
estrés y agotamiento
es necesario dar
apoyo a padres y
madres desde la
empresa

**¡No más padres
y madres sin
energía!**

Edükame

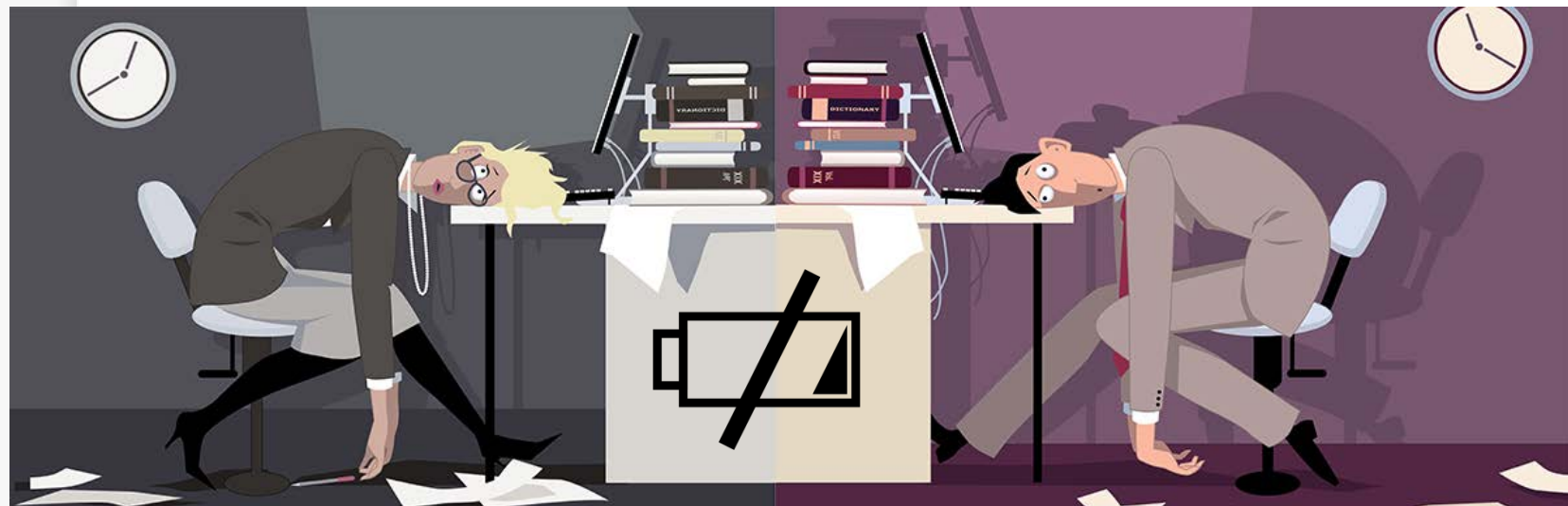
Tiempo en familia: ¿calidad o cantidad?

La mayoría de acciones para la conciliación laboral se enfocan en la gestión del tiempo. Nosotros nos centramos en que **ese tiempo en familia sea de calidad y beneficie a la empresa.**

Mejoramos las habilidades de los padres y madres para **aumentar su calidad de vida y que esto repercuta en la empresa.**

10 beneficios directos de la conciliación laboral

1. Más satisfacción laboral
2. Aumento del rendimiento
3. Descenso de las tasas de absentismo
4. Plantillas motivadas
5. Incremento del compromiso
6. Retención de personas cualificadas
7. Disminución de la conflictividad
8. Aumento de satisfacción de clientes
9. Mejora de la imagen de la empresa
10. Subida de la productividad



¿Quién enseña a ser padres y madres?

Ser padres y madres es la mayor aventura del mundo, pero también de las **más exigentes y complejas**.

Los niños y niñas deben superar una serie de etapas del crecimiento, más o menos problemáticas, para adaptarse al mundo. Para las familias es una necesidad básica **aprender y tener soporte de conocimiento** para conciliar mejor.



Mejorar habilidades profesionales

Habilidades interpersonales e intrapersonales

Beneficio en el ámbito familiar y profesional

Los **valores y habilidades** que deben trabajar los padres y madres son muy beneficiosos para su desarrollo profesional.

Todas estas capacidades adquiridas durante la crianza **se suman a su aptitud profesional** y benefician al ámbito de la empresa.

Habilidades familiares (soft skills) que se trasladan al área profesional: motivación, esfuerzo y sacrificio, comunicación, gestión de recursos, organización y planificación, constancia y perseverancia, trabajo en equipo, liderazgo, gestión de los riesgos...



Motivación

Gestión
del estrés

Comunicación

Autoestima

Retos: Formación online para padres

Cada día enseñamos una idea, tip o técnica para mejorar



Reto Conciliar trabajo y familia

¿Cómo trabajar y tener hijos sin volverse loco (o loca)?

Cada día un tip para facilitar la vida a las madres y padres que concilian el trabajo y la familia. Consigue mejorar tu día a día con ideas prácticas.

[Ir al reto](#)



El reto: Límites

Límites desde el amor, ofreciendo seguridad emocional a tus hijos

Con este reto vas a aprender a **poner límites y normas desde el amor**, la coherencia y la constancia. Cada día recibirás una propuesta práctica para lograrlo, y no te llevará más de 5 minutos. Está dirigido a padres y madres con hijos a partir de los 2 años.

[Ir al reto](#)



El reto ¿Cómo hablarles?

¿Sabes cómo hablar y escuchar a los niños y niñas?

Aprende cómo hablar y escuchar a tus hijos para recibir respuestas más positivas y fortalecer el vínculo afectivo. Cuando utilizamos las palabras adecuadas y escuchamos de verdad todo cambia.



Después

Reto Paciencia con hijos

¿Cuántos días puedes estar sin perder la paciencia con tus hijos?

Cada día te enseñamos un truco para mejorar la paciencia con tus hijos. Dirigido a madres y padres con hijos entre 0 a 12 años. Cultivar la paciencia consigue que seas más feliz tú y tu familia.



El reto: Autoestima

¿Cómo mejorar la autoestima de nuestros hijos e hijas?

Cuando un niño se siente bien consigo mismo, puede lograr cualquier cosa que se proponga. Tanto es así que es importantísimo que en la infancia **se sientan felices** con quiénes son.



Reto Enfadarse sin pegar

¿Puede tu hijo enfadarse sin pegar?

Cada día una idea para enseñarle a gestionar sus emociones desagradables sin dañar a los demás. Niños y niñas necesitan del aprendizaje para identificar estas emociones y expresarlas sin pegar.



Reto Madres y padres positivos

¿Te gustaría favorecer la comunicación positiva en la familia?

Cada día una frase positiva que le hará a tu hijo ganar en confianza y autoestima. Te explicamos cómo y por qué utilizando las palabras adecuadas puedes conseguirlo.



Reto Dormir bien

El método Edúkame para dormir feliz

Cómo atender emocionalmente a tu hijo para que active sus propios recursos que le ayudarán a dormir. Para que las noches no se conviertan en dramas familiares, sino en oportunidades para ofrecer seguridad, protección y conexión emocional.



Reto de la Alegría

Risas, juegos y alegría en familia

Aprende a fomentar la alegría en tus hijos y fortalecer el vínculo afectivo. A través del juego y la risa mejorarás el bienestar emocional. Para Familias con niños y niñas entre 3 y 10 años.



Reto Ir a la escuela feliz

¡Facilita la adaptación escolar de tus hijos!

Cada día te enseñamos un truco para facilitar la adaptación escolar de tu hijo. Sirve tanto para el cole de los más pequeños (1 a 2 años), como para los niños más grandes (3 a 4 años). Dirigido a familias en el periodo de la adaptación.

Retos: ¿Cómo funciona?

Nuestra metodología propia es ágil e innovadora

El **aprendizaje basado en retos personales (ABRP)** es un método para aprender mediante la acción, a través de pequeños retos diarios.

Así, cada día se recibe un mensaje online con una propuesta de acción que hay que realizar. El usuario aprende y valida conceptos mediante la aplicación práctica.

Después se amplía la información mediante “Bonus” extras. Este ciclo se repite hasta completar el curso, que suele durar 2 semanas.

La formación no tiene un horario prefijado, ni tampoco un lugar (aula), por lo que es muy adaptable al ritmo de trabajo. Está dirigida a optimizar el tiempo y a aprovechar huecos de horario. Y lo mejor: **es un sistema muy motivador.**

The image displays several screenshots of the 'El reto de la Paciencia' app interface. The main screen shows a 'Calendario de retos diarios' (Daily challenge calendar) with a grid of days and icons for 'Logros' (Achievements), 'Bonus', and 'Comunidad' (Community). A 'Calendario' (Calendar) section shows the start date 'Inicio: 13-01-2016' and a '¡Ya has empezado!' (You have started!) message. Below the calendar, there are five daily challenge cards: 'Día 1 El juego de los mensajes escondidos', 'Día 2 El espejo ante mí', 'Día 3 Me gustas, te quiero', 'Día 4 Corregir sí, pero en positivo', and 'Día 5 Elogios de verdad'. Each card has a '¡Hecho!' (Done!) button and a '¡Hoy puede ser un gran día!' (Today can be a great day!) message. To the right, there is a 'Últimos retos' (Recent challenges) section listing various challenges like 'El reto: ¡A comer!', 'El reto: Autoestima', 'El reto: Regalar amor', 'El reto: Límites', 'El reto: de la alegría', 'El reto: Dormir bien', 'El Súper Reto de la Paciencia', 'El reto: Cómo hablarles', 'El reto: Conciliar trabajo y familia', and 'El reto de ir a la escuela feliz'. At the top right, there is a 'Logros' (Achievements) section showing a list of achievements with star icons and a 'Volver al menú principal' (Return to main menu) button. At the bottom right, there is a 'Comunidad' (Community) section showing a list of community members with their avatars and names, and a 'Volver al menú principal' button.

Formación activa frente a pasiva

Sistema motivador, fácil y divertido (lo dicen nuestros usuarios)

Aprender con la práctica

La **enseñanza orientada a la acción** responde a un enfoque donde se aprende de forma activa.

El **44%** de lo aprendido se olvida antes de una hora si no hay un contexto de aplicación (Ebbinghaus Model)



Aprendizaje en movimiento

De camino al trabajo, en los ratos libres. Móvil, tablet, ordenador. Desde casi **cualquier lugar y dispositivo**.

Gamificación para motivar

Las mecánicas de juego aplicadas al aprendizaje convierten la experiencia en entretenida y motivadora.



Micro-learning

El conocimiento es adquirido través de pequeñas unidades de contenido y actividades de corta duración.

Efectividad

Con este modelo de aprendizaje dedicando 10 minutos al día, se obtienen resultados similares a 1-2 horas de formación convencional.



Mejores resultados y más impacto

¡Las herramientas de Edúkame funcionan!

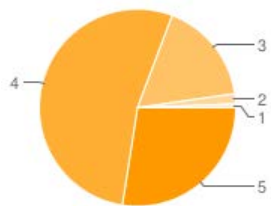
Los usuarios consideran que:

Han **mejorado sus habilidades** como padre/madre/educador:

98% evalúan entre 3 y 5
81% evalúan su mejora entre 4 y 5
Nota media: **4,1**

Han **mejorado su bienestar familiar**

96% evalúan entre 3 y 5.
70% evalúan su mejora entre 4 y 5.
Nota media: **4,3**

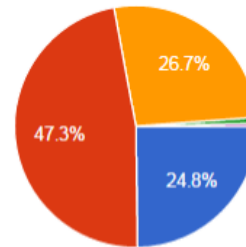


Mejora capacidades familiares, del 1 al 5



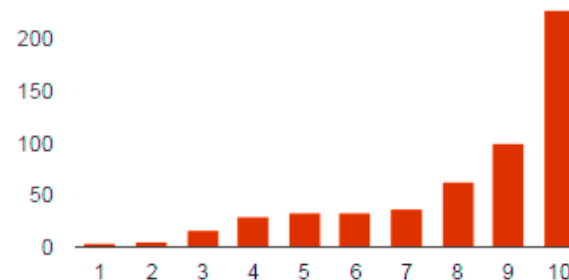
Mejora del bienestar familiar, del 1 al 5

¿Ha sido entretenido realizar el Reto de la Paciencia?



5 - Muy divertido	128	24.8%
4 - Divertido	244	47.3%
3 - Normal	138	26.7%
2 - Aburrido	4	0.8%
1 - Muy aburrido	2	0.4%

¿Recomendarías el reto de la paciencia?



38
NPS

Los personas que han realizado el **Reto de la Paciencia** han concedido una valoración de 38 **NPS** (Net Promoter Score)

Edúkame

¿Quieres saber más?
Contacta para una presentación

