



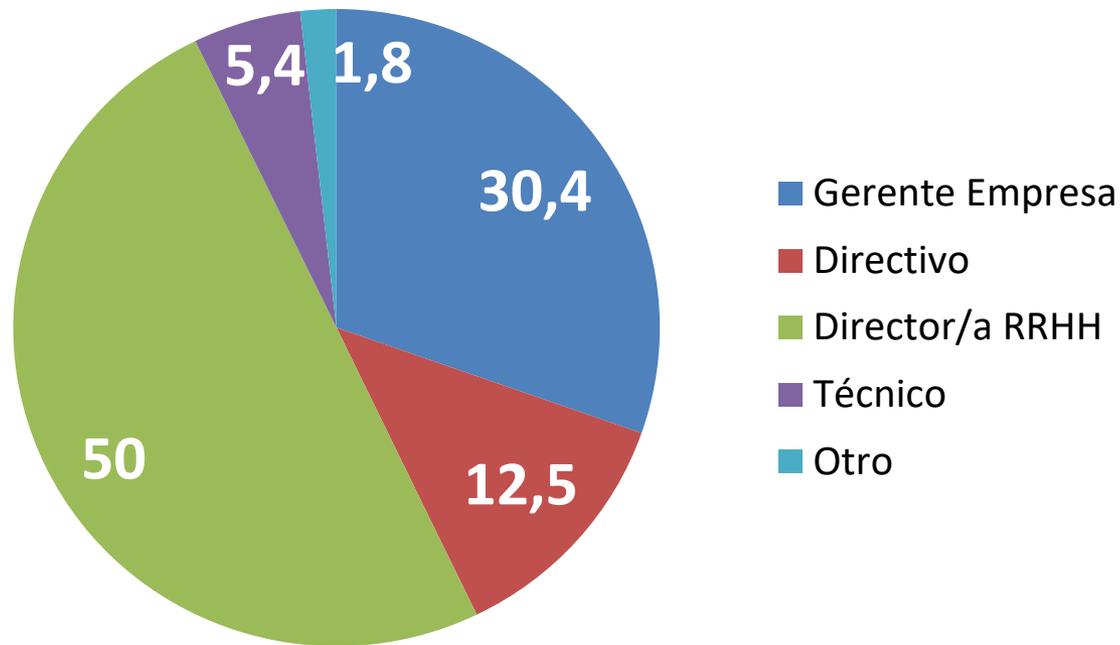
Informe

# ÓptimaCoaching 2020

**Teletrabajo y  
Productividad**

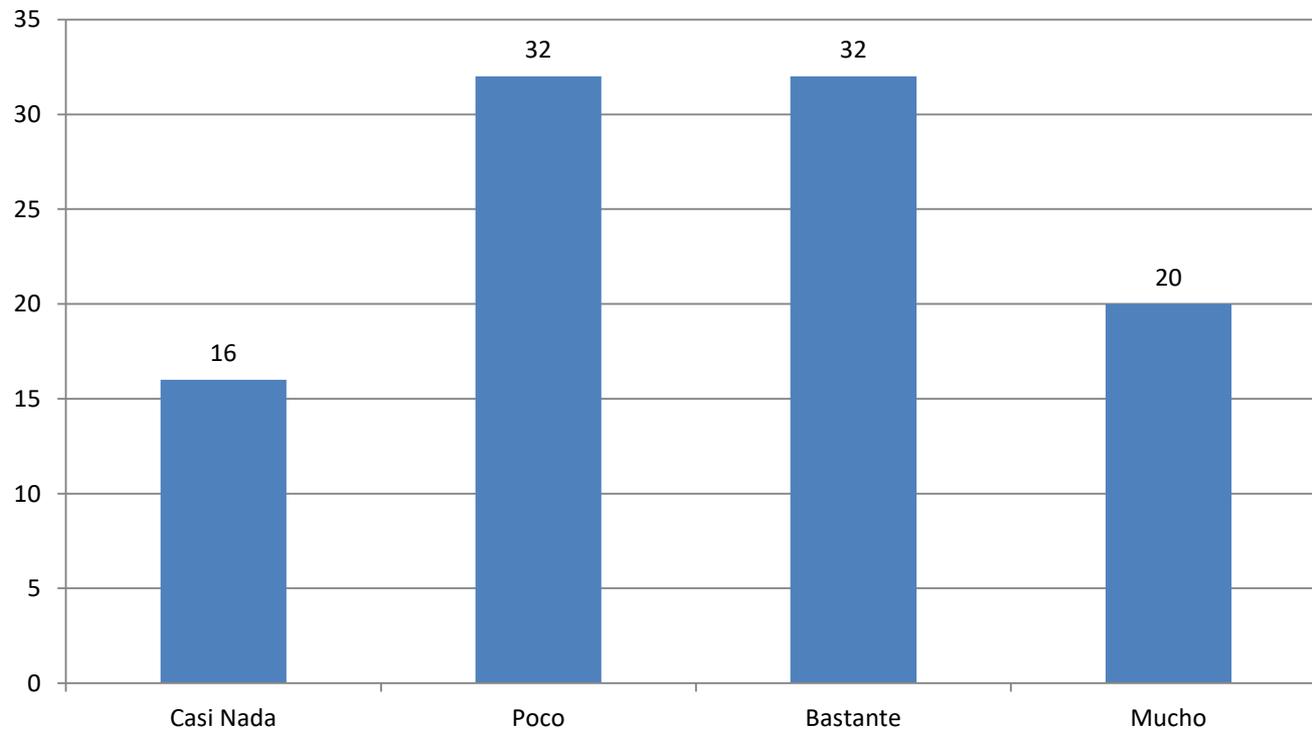


# Datos Demográficos

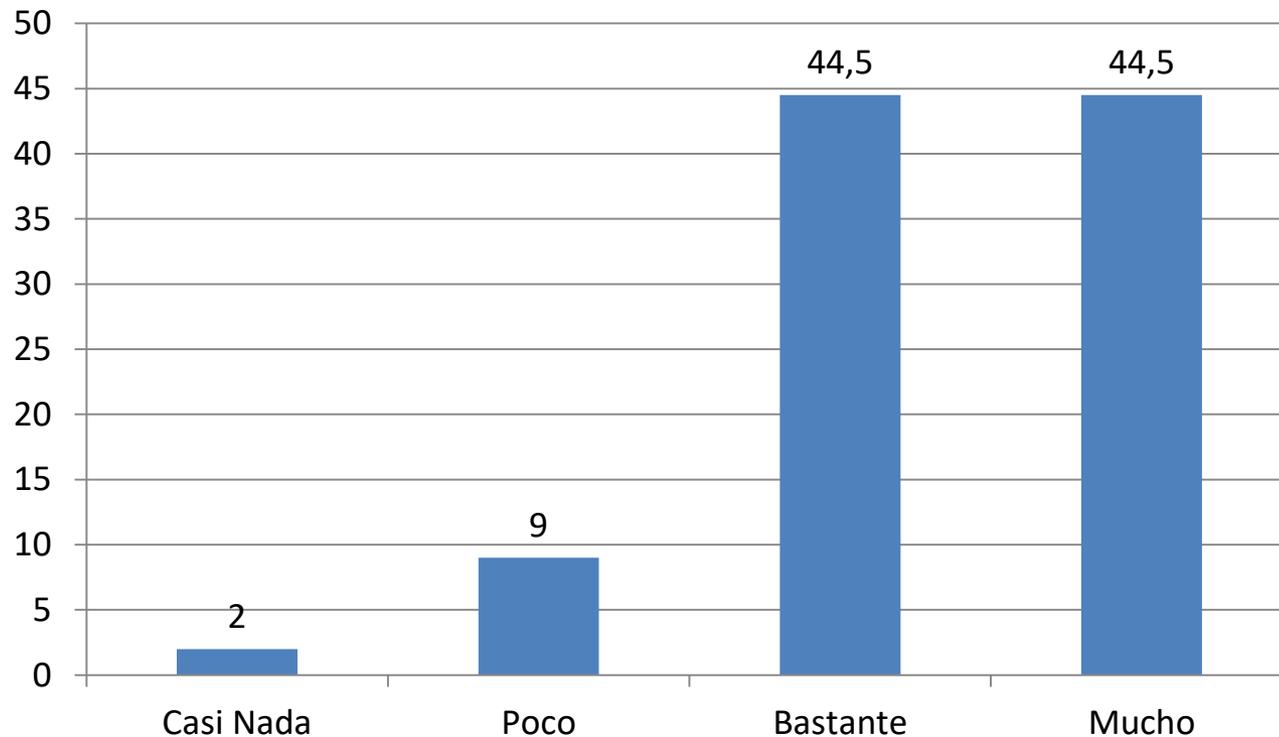


- **96% de Encuestados pertenecientes a la Región de Murcia**

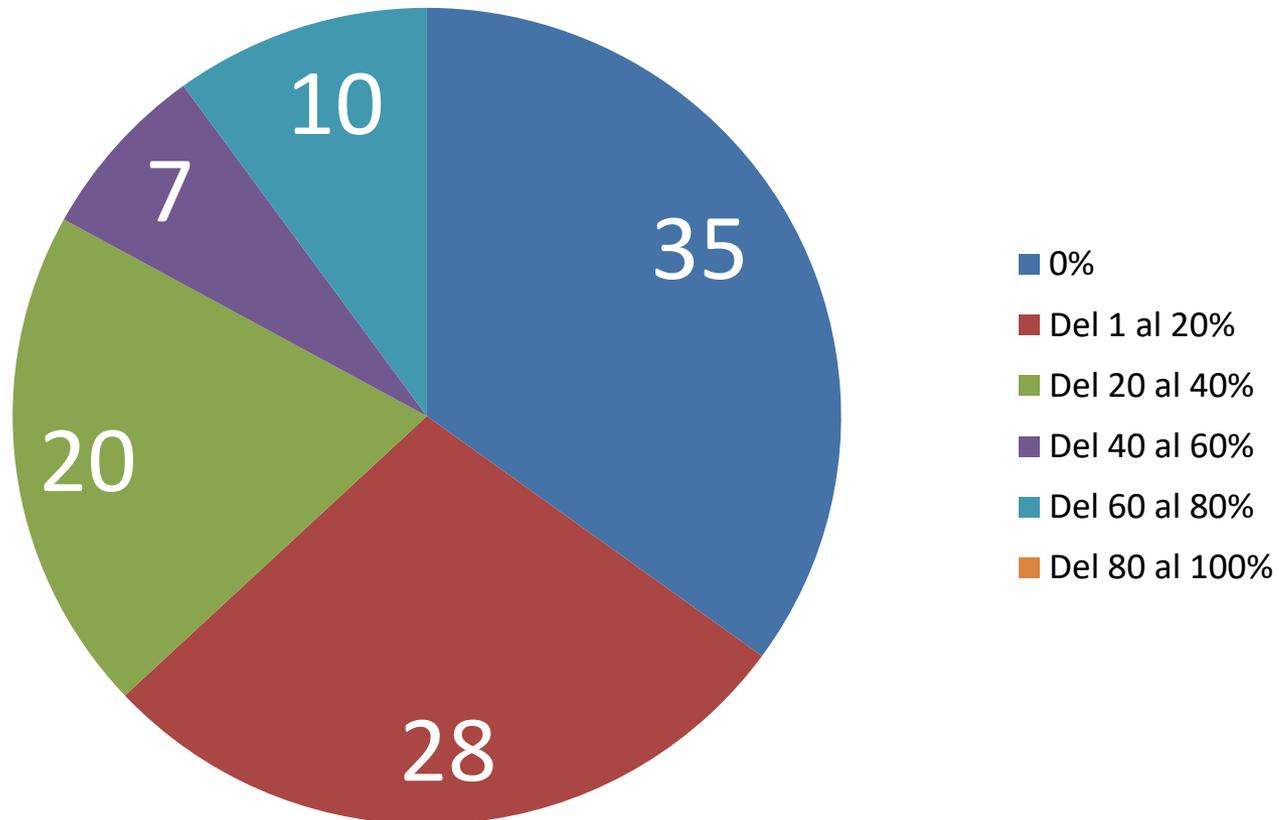
# Antes del Covid-19: ¿Cuánto estaba preparada tu empresa para trabajar en remoto y a distancia?



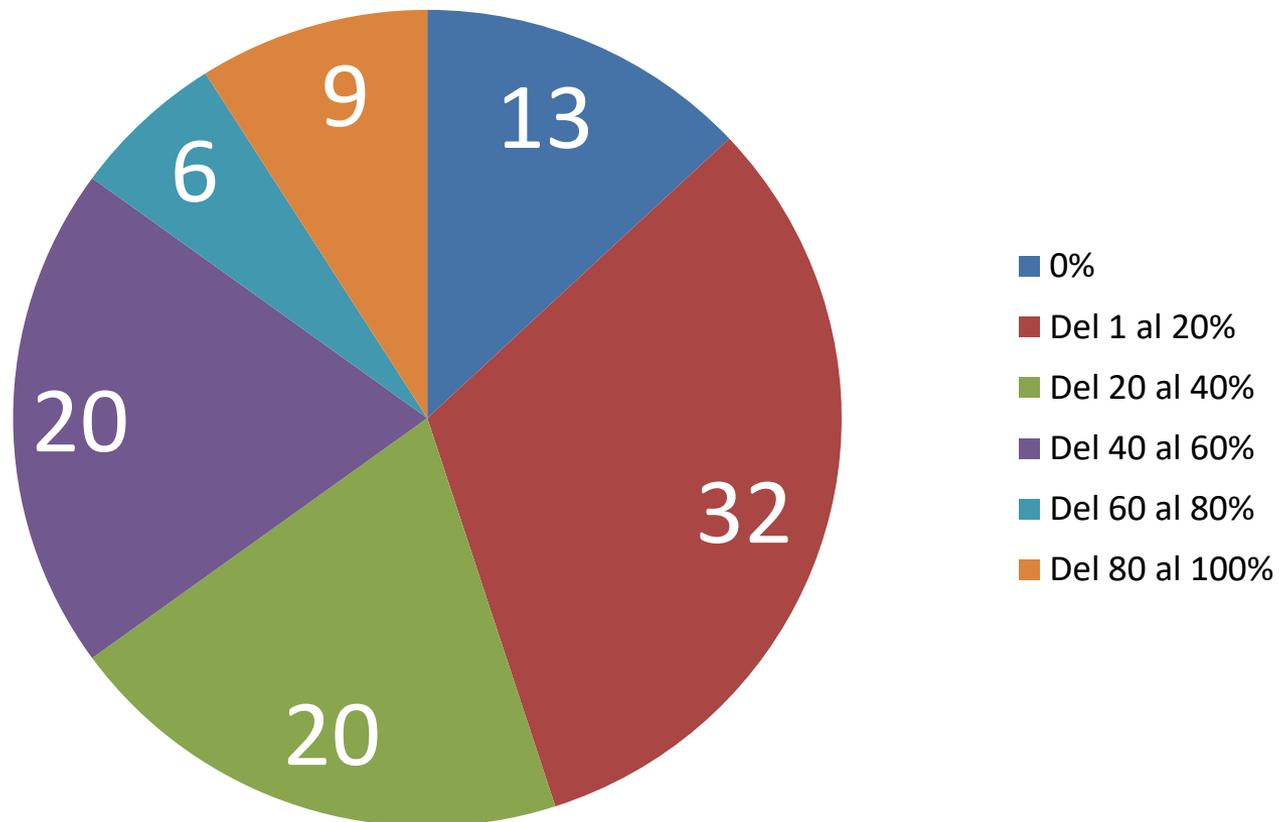
# Después del Covid-19: ¿Cuánto crees que está preparada ahora tu empresa para trabajar en remoto y a distancia?



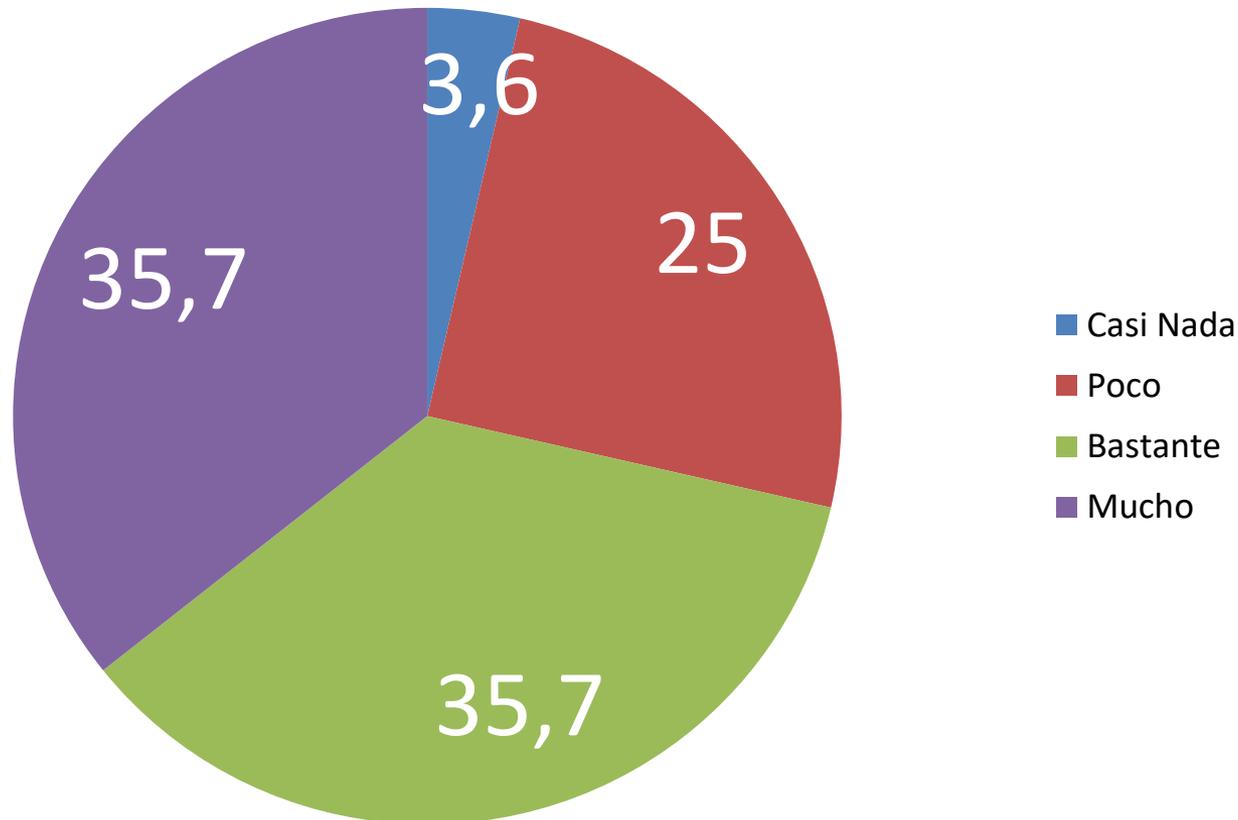
¿Qué porcentaje aproximado de personas en tú empresa fue asignado a teletrabajo o a trabajar principalmente a distancia?



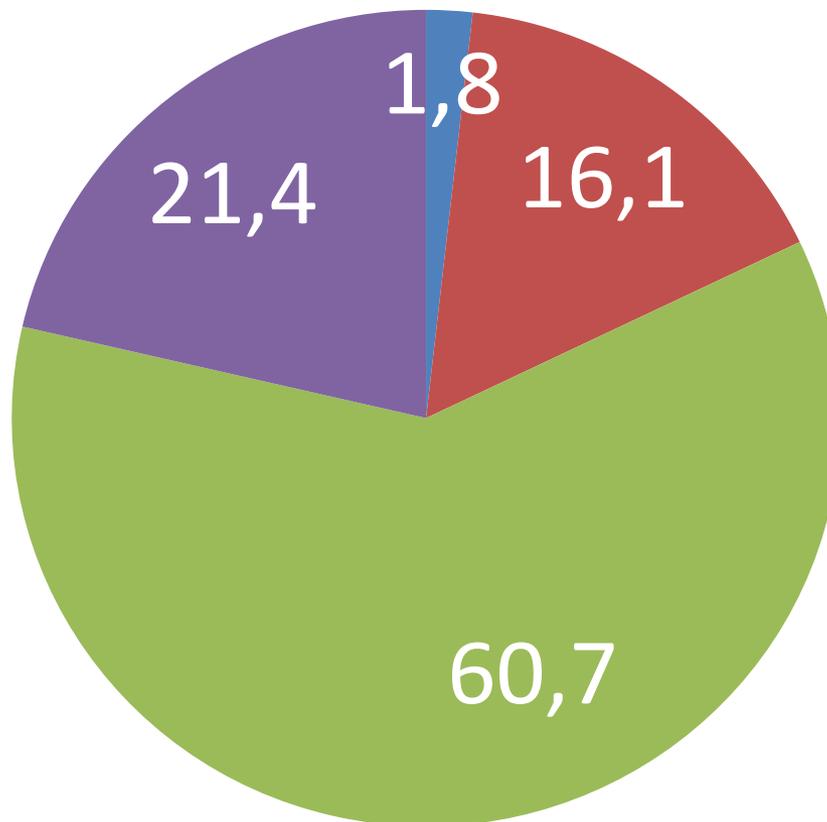
# ¿Cuántos de ellos son mandos o personas con responsabilidad sobre equipos humanos?



# Según tu experiencia personal: ¿Cuánto de productivo ha sido tu trabajo a distancia durante el periodo de confinamiento?

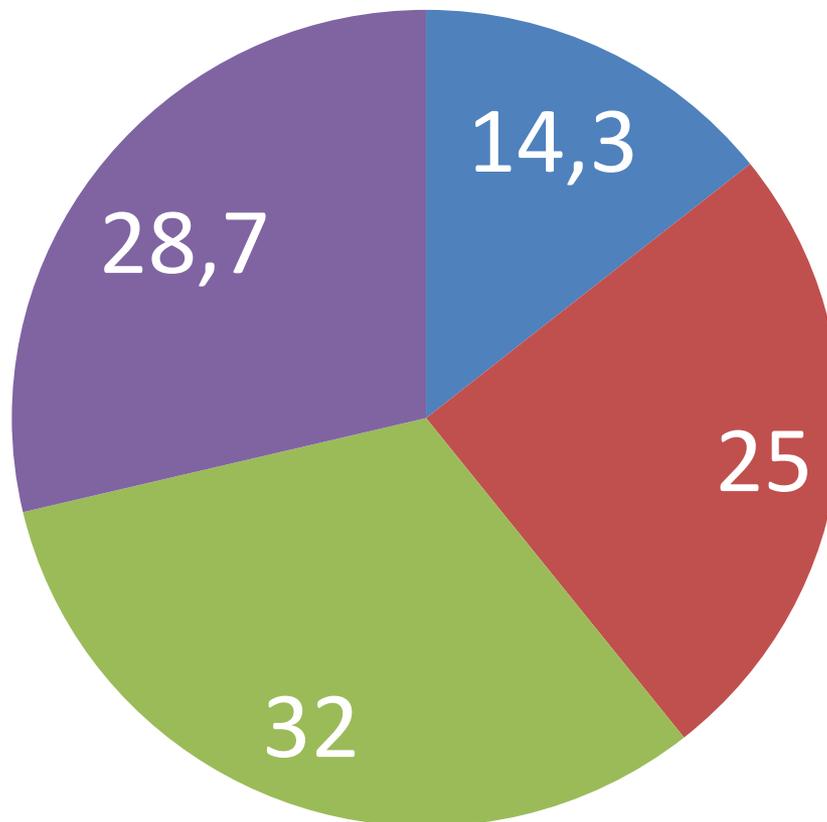


Según lo que has podido observar en tus compañeros y colaboradores: ¿Cuánto de productivo fue para ellos trabajar a distancia durante el periodo de confinamiento?



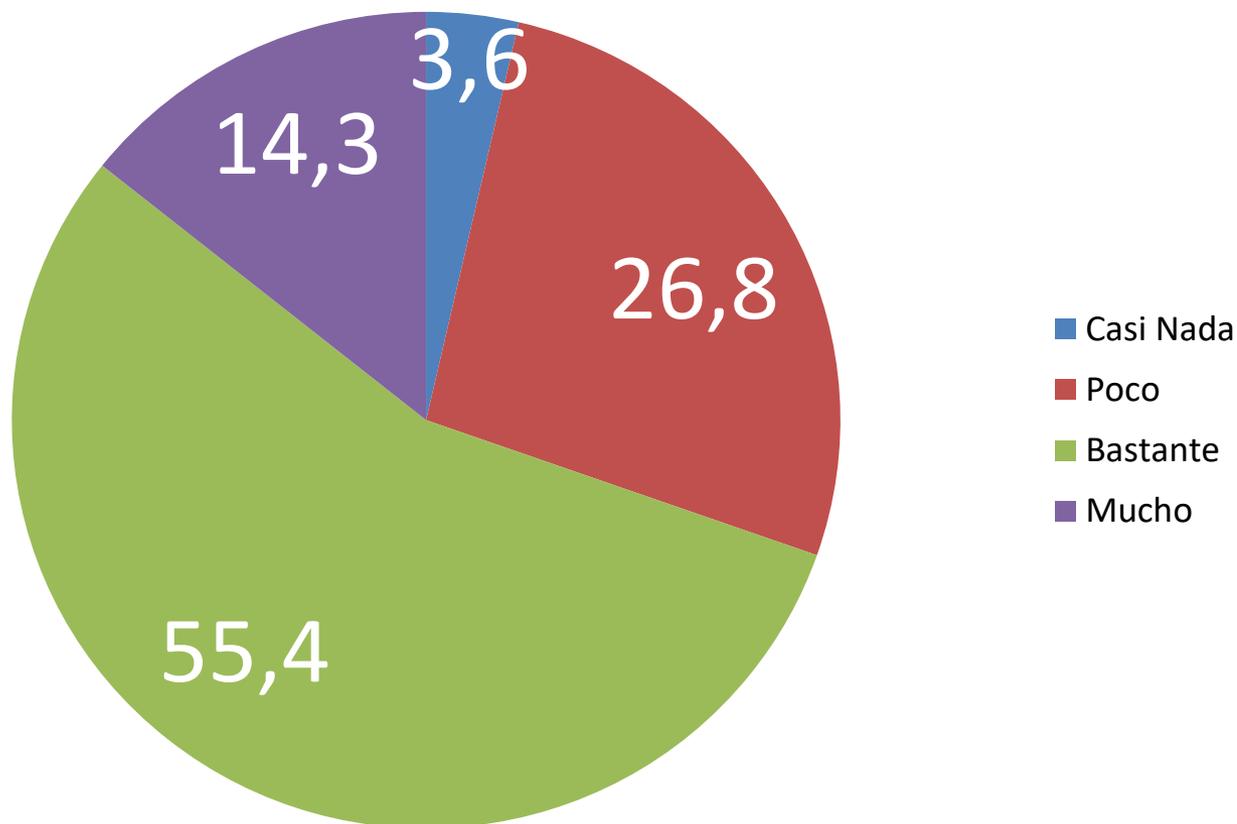
- Casi Nada
- Poco
- Bastante
- Mucho

Según tu experiencia personal: ¿Cuánto de cómodo y satisfactorio te resultó trabajar a distancia durante el periodo de confinamiento?

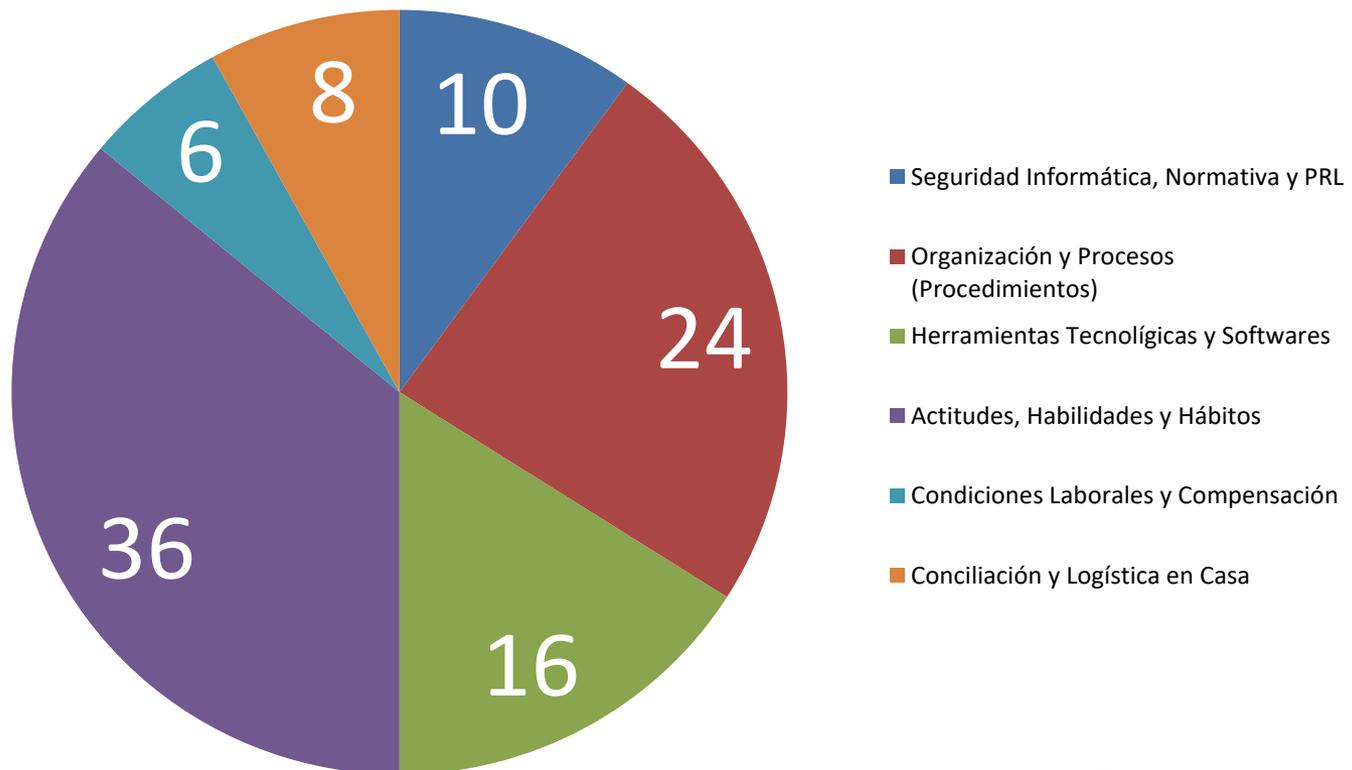


- Casi Nada
- Poco
- Bastante
- Mucho

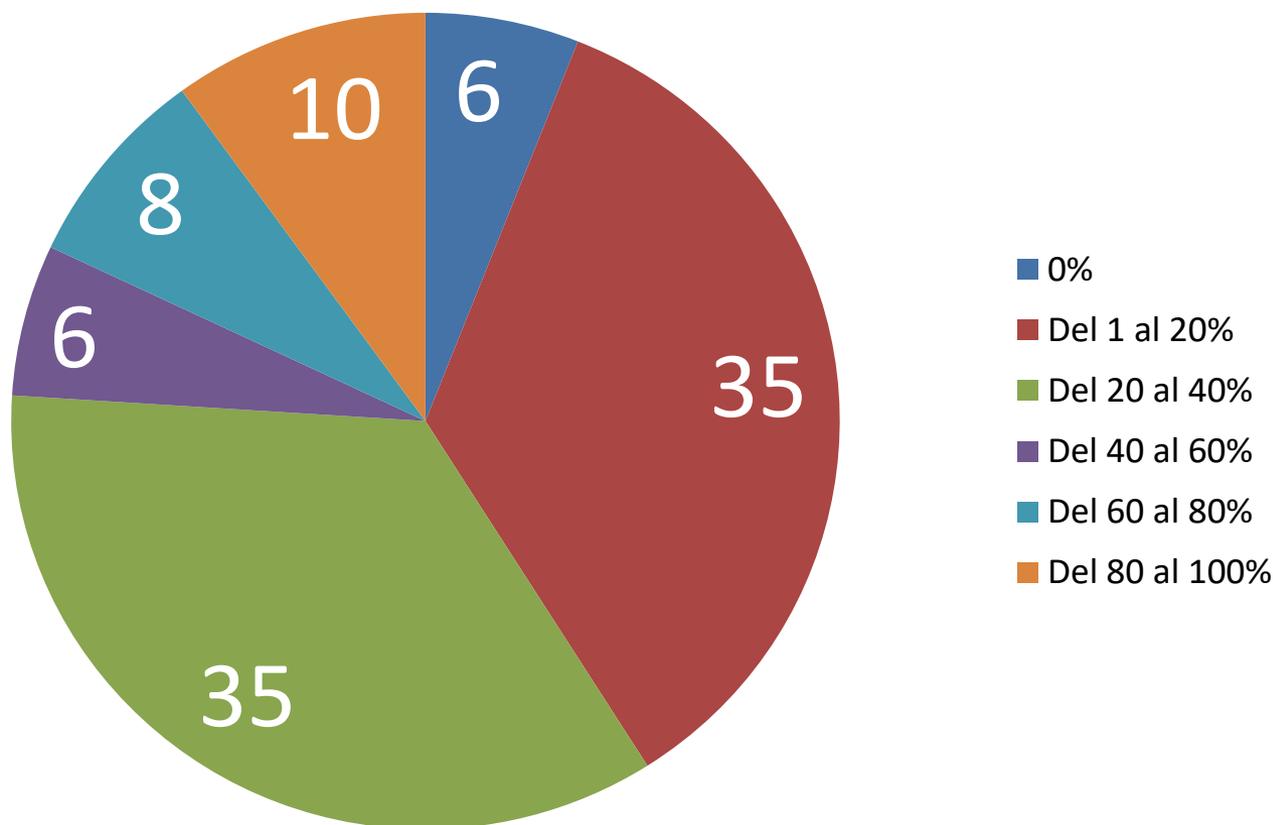
Según lo que te han referido, tus compañeros y/o colaboradores: ¿Cuánto de cómodo y satisfactorio les resultó trabajar a distancia durante el periodo de confinamiento?



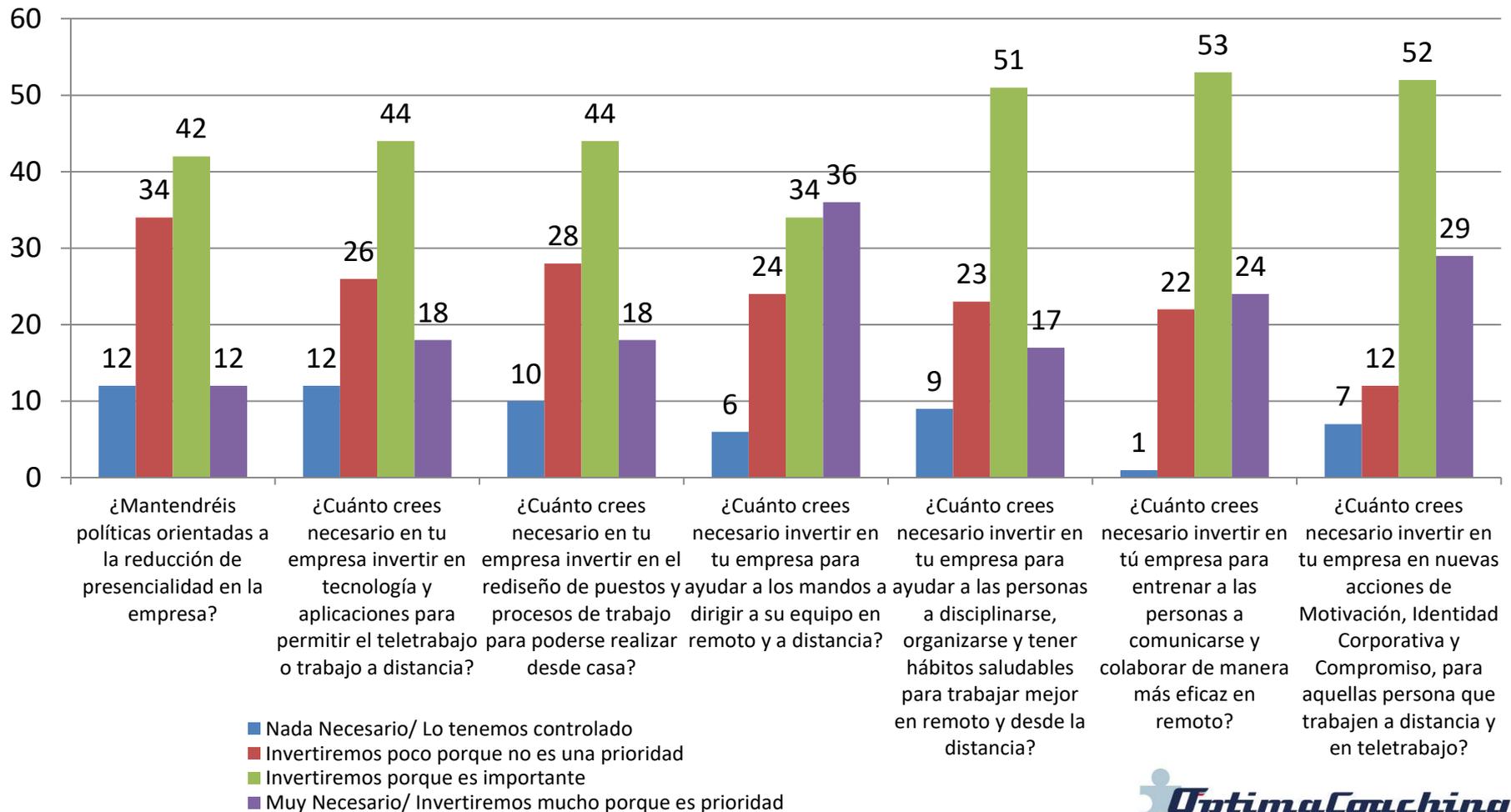
# Según tu experiencia y lo que hayas observado en compañeros y colaboradores ¿Cuáles son las mayores dificultades que encuentran las personas a las hora de trabajar en remoto y desde casa?



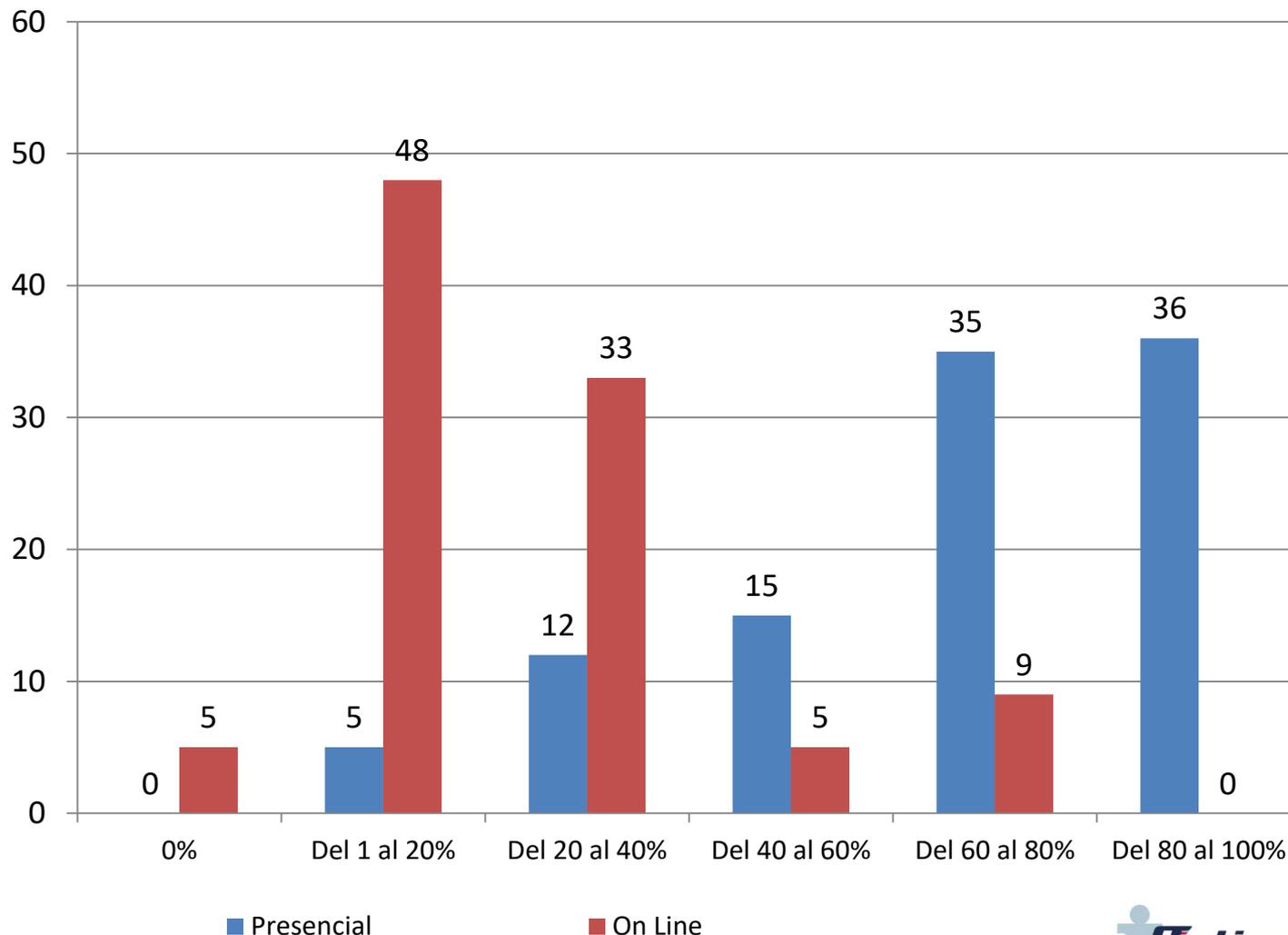
# Después de la experiencia del confinamiento por el Covid-19: ¿Qué porcentaje de tu plantilla crees que va a pedir medidas de flexibilidad y reducción de presencialidad en la empresa?



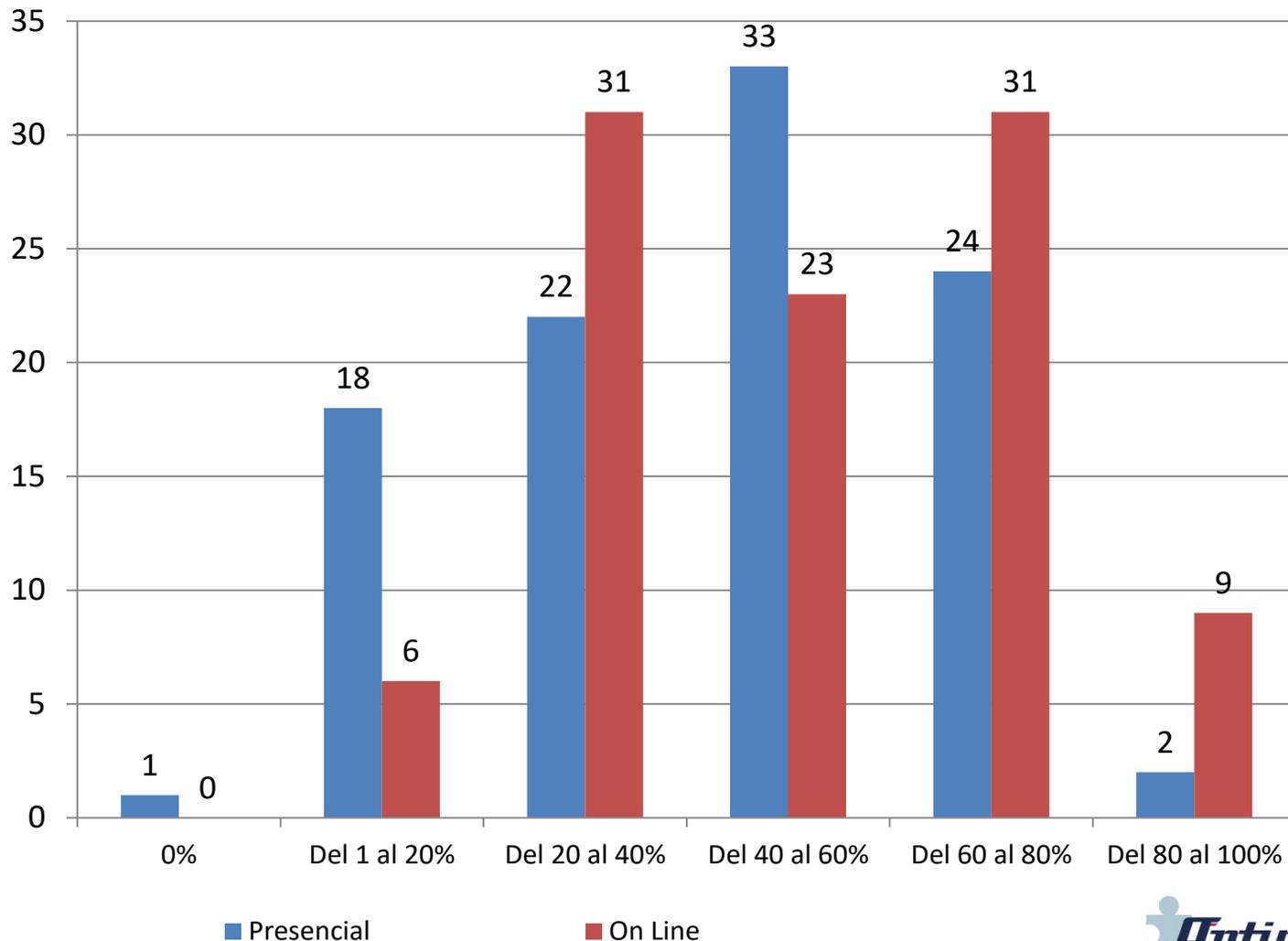
# Después de la experiencia del confinamiento por el Covid-19... (contesta el grado de necesidad de invertir, dentro de tu organización, en los conceptos que se detallan a continuación).



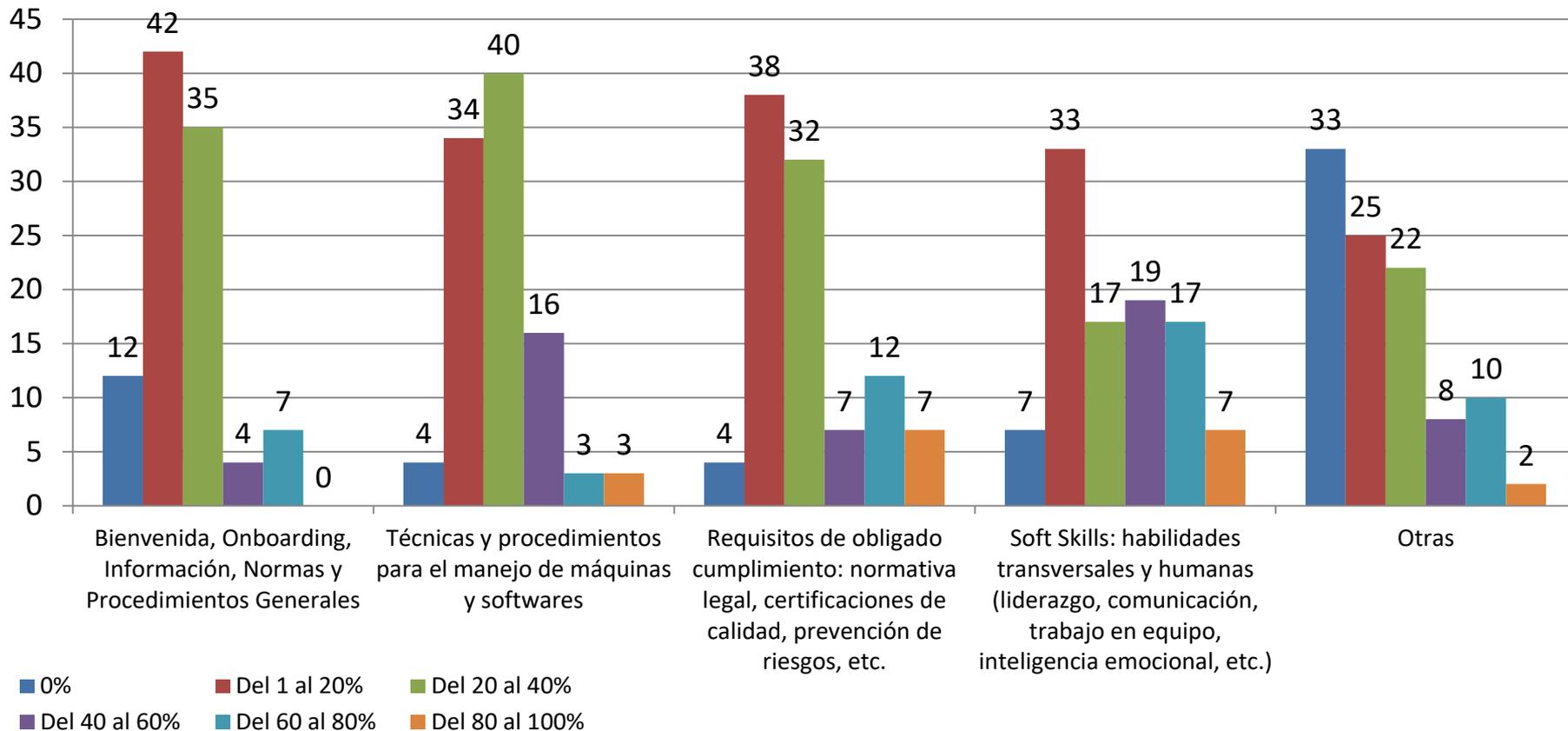
# ANTES del Covid19 - ¿Puedes indicar cómo tenías repartido, orientativamente, tu presupuesto de formación entre PRESENCIAL y ON LINE?



# DESPUÉS del Covid19 - ¿Puedes indicar cómo repartirás, orientativamente, tu presupuesto de formación entre PRESENCIAL y ON LINE?



Teniendo en cuenta el 100% de presupuesto anual que invertirás en formación ON LINE, te pedimos que lo repartas, orientativamente, en las distintas partidas a continuación, según las prioridades de tu empresa:





# Descubre la Nueva Oferta formativa On Line

Curso On Line

# Gestión del Estrés Laboral Post-Covid

Riesgos  
Psico-Sociales  
y Hábitos  
Saludables

**Inscripciones:**

[info@optimacoaching.es](mailto:info@optimacoaching.es)

+34 665 536 059



**Roberto Crobu**  
Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

**Roberto Crobu**  
Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

Curso On Line

# Gestión del Estrés 4.0

Tecnoestrés,  
Teletrabajo,  
y  
Hábitos  
Saludables

Inscripciones:  
[info@optimacoaching.es](mailto:info@optimacoaching.es)

+34 665 536 059

***Roberto Crobu***

Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

Curso On Line

# Comunicación-LINE 4.0

Relacionarse y Colaborar en el ON LINE  
requiere nuevas formas de comunicación:  
Descubre cuáles son y cómo potenciarlas

**Inscripciones:** [info@optimacoaching.es](mailto:info@optimacoaching.es)

+34 665 536 059

**Roberto Crobu**

Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

Curso On Line

# Liderazgo de Equipos a Distancia

**Cómo Gestionar Personas en Teletrabajo  
con Solvencia y Alta Productividad**

**Inscripciones:** [info@optimacoaching.es](mailto:info@optimacoaching.es)

+34 665 536 059

Curso On Line

Inscripciones:  
[info@optimacoaching.com](mailto:info@optimacoaching.com)

+34 665 536 059

# COMUNICACIÓN POSITIVA Y ASERTIVIDAD

***Roberto Crobu***

Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

The image features a woman in a dark blue business suit and white shirt, standing with her arms crossed and looking upwards. Behind her is a light blue wall with various business-related icons and a central diagram. The icons include a handshake, a dollar sign, a lightbulb, a briefcase, server racks, a stack of papers, a calculator, a cloud with a download arrow, a laptop with a line graph, and a pie chart. A central diagram consists of a large 'V' shape formed by two lines meeting at a point, with a dotted circle around the vertex. Below the woman, the text reads:

**Inscripciones:**  
[info@optimacoaching.es](mailto:info@optimacoaching.es)  
**+34 665 536 059**

Curso On Line

# Organización Personal y Gestión del Tiempo

**Roberto Crobu**  
Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

Curso On Line

# Resolución de Problemas

Técnicas de Afrontamiento

**Roberto Crobu**  
Psicólogo - Coach - Mindfulness Trainer

**Inscripciones:**

[info@optimacoaching.es](mailto:info@optimacoaching.es)

+34 665 536 059