



Retos Edúkame

Plataforma para la formación en Empresa
de *Softs skills* y habilidades emocionales

¡¡Lanza un Reto!!

Edúkame

Mejorar habilidades y hábitos personales

Por qué la inteligencia emocional es clave en la gestión empresarial

Los **habilidades y hábitos** que deben trabajar las personas son muy beneficiosos para su desarrollo profesional. Todas estas capacidades adquiridas **se suman a su aptitud profesional** y benefician directamente a la empresa.

Estas son algunas de las **habilidades personales (soft skills) y hábitos que se trasladan al área profesional**: motivación, gestión del estrés, comunicación, gestión de conflictos, resiliencia, organización y planificación, trabajo en equipo, liderazgo...



Motivación

Gestión
del estrés

Comunicación

Gestión
de conflictos

Hábitos
de salud

¡Lanza Retos!

Aprendizaje basado en experiencias

Metodología de Retos (ABPR)

La metodología Edúkame de formación basada en RETOS (ABRP) es un método para aprender mediante la experiencia, a través de pequeños retos diarios que los usuarios deben realizar.

La metodología integra dos partes:

- La **plataforma online**. Es el sitio online dónde se realiza la experiencia formativa.
- Los **Retos**. Son los contenidos que forman cada curso. Pueden realizarse a medida o usar los de nuestro catálogo.

Escenarios de USO:

- **Plataforma de formación**. Se usa cómo herramienta de formación para diferentes colectivos:
 - Interna para formar a la plantilla de trabajadores.
 - Externa cómo herramienta de apoyo para clientes.



Formación a través de Retos

Beneficios del sistema de Retos para la formación

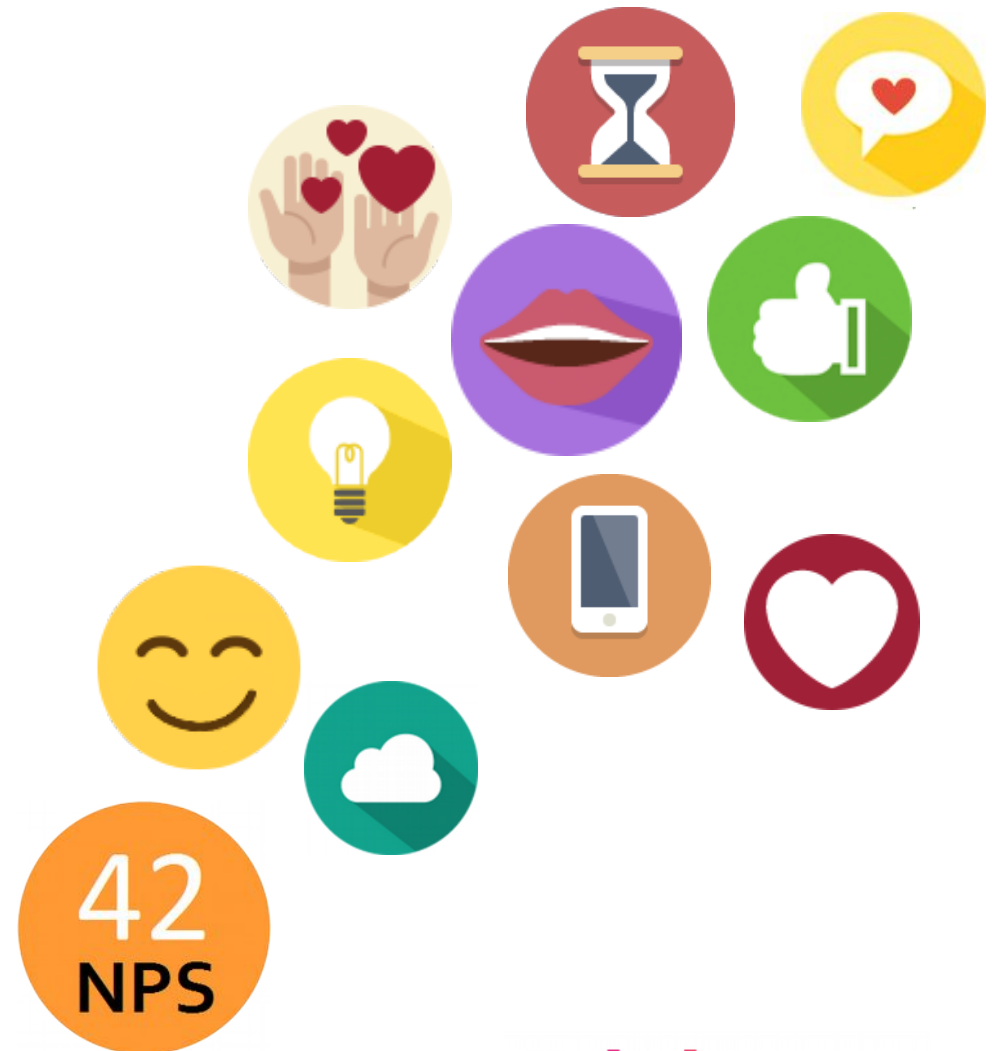


- **Formación activa mejor que pasiva**
La enseñanza de Retos está orientada a la práctica, responde a un enfoque donde se aprende de forma activa (Learning by doing). El 44% de lo aprendido se olvida antes de una hora si no hay un contexto de aplicación (Ebbinghaus Model)
- **Seguimiento prolongado.** La experiencia formativa no se limita al tiempo concreto de una aula, sino que impacta más tiempo, pues la actividad dura muchos días. Los Retos duran una media de 15 días.
- **Escalable y adaptable.** Al tratarse de contenidos digitales accesibles online la formación no depende de horarios, aulas ni dispositivos. De camino al trabajo, en los ratos libres, a través de Móvil, tablet, ordenador. Desde casi cualquier lugar y dispositivo.

Formación a través de Retos

Resultados e impacto del sistema de Retos

- **Micro-learning** El conocimiento es adquirido través de pequeñas unidades de contenido y actividades de corta duración.
- **Gamificación para motivar** Las mecánicas de juego aplicadas al aprendizaje convierten la experiencia en entretenida y motivadora.
- **Efectividad** Con este modelo de aprendizaje dedicando 10 minutos al día, se obtienen resultados similares a 1 hora de formación convencional.
- **Resultados de uso y permanencia.** Mejoramos la tasas de uso de cursos online, con nuestro método los usuarios realizan **de media un 75% de las actividades** .
- **Aportando valor e impacto positivo** Las personas que han usado la plataforma de Retos han concedido una valoración de **42 NPS** (Net Promoter Score)



Retos: sistema innovador de aprendizaje

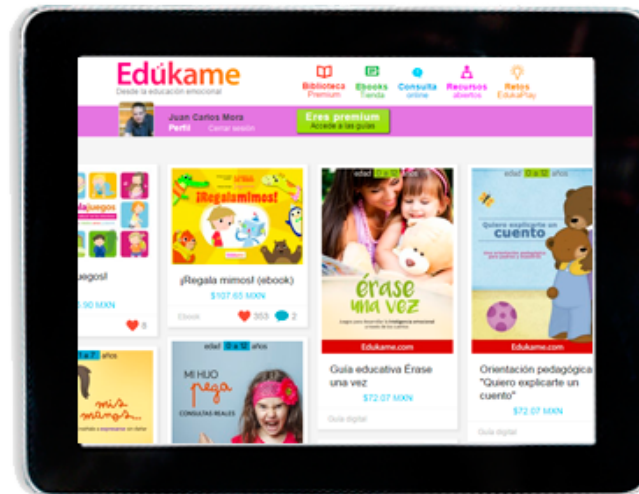
Micro-learning para la mejora de habilidades emocionales

La plataforma de Retos es un sistema para mejorar habilidades personales (Soft skills), hábitos e inteligencia emocional dedicando pocos minutos al día.

Ejemplo:
Mejorar nuestra paciencia.



*** 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.



Edükame

Retos: ¿Cómo funcionan?

Cada día enseñamos una idea, tip o técnica para mejorar

El aprendizaje basado en retos personales (ABRP) es un método para aprender mediante la acción, a través de pequeñas actividades diarias.

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

Además la información se amplía mediante "Bonus" extras. Este ciclo se repite hasta completar el curso, que suele constar de 15 unidades.

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

The screenshot shows the 'El reto: Autoestima' challenge page. At the top, there's a heart icon and the title 'El reto: Autoestima'. Below it, a description explains the goal: to learn how to foster healthy self-esteem in children through simple games and activities. A 'Logros' (Achievements) section shows icons for 'Logros', 'Bonus', and 'Comunidad'. A 'Calendario de retos diarios' (Daily challenge calendar) is visible, with a 'Ya has empezado!' (You've started!) message. The main content area lists five daily challenges: '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 day has a '¡Hecho!' (Done!) star icon. On the right, a user profile for 'Juan Carlos Mora' is shown, along with a list of 'Últimos retos' (Recent challenges) including '¡A comer!', 'Autoestima', 'Regalar amor', 'Límites', 'de la alegría', 'Dormir bien', 'El Súper Reto de la Paciencia', 'Cómo hablarles', 'Conciliar trabajo y familia', and 'de ir a la escuela feliz'.

The screenshot shows the 'El reto de hoy' (Today's challenge) interface. It features a title 'El reto de hoy' and a sub-title 'El reto: Enfadarse sin pegar' (Challenge: Getting angry without hitting). The main text describes the challenge: 'El reto 3: Mis emociones también cuentan' (Challenge 3: My emotions also count). It explains that when a child gets angry, emotions wake up, and the challenge is to go deeper into this, as reactions and feelings are very important. A call to action button says 'Ver el reto de hoy...' (View today's challenge...).

The screenshot shows the 'El reto de hoy' (Today's challenge) interface for 'Paciencia' (Patience). The title is 'Día 1 El Reto de respirar' (Day 1 The challenge of breathing). It includes a 'Logros' (Achievements) section with icons for 'Logros', 'Punt', 'Ayuda', and 'Comunidad'. The main text describes the challenge: 'Tomate diez minutos para ti ¿Qué te relaja, qué te hace sentir calmado? escuchar música, cantar, pintar las uñas, un baño, pintar, leer algo, alejarte, mirar la tele, estirarte en el sofá y relajarte y disfrutelo hoy. Si estás con energía baja, perderte la paciencia al mínimo contratiempo'. Below this, it says 'El reto: tomar 10 minutos para ti, queda con tu pareja o familiar para poder liberarse de responsabilidades'. A '¡Hecho!' (Done!) button is visible, along with a 'Volver al menú principal' (Return to main menu) link and a small 'Análisis por el equipo pedagógico de Edúkame' (Analysis by the pedagogical team of Edúkame) note.

Retos: ¿Cómo funcionan?

Cada día enseñamos una idea, tip o técnica para mejorar



El reto 10: Las gafas especiales



El reto 2: Leones y pajaritos



El reto 3: Mis emociones también cuentan



El reto 7: Explicaciones sencillas



El reto 12: Top secret



El reto 7: Límites sí, pero pocos



El reto 2: La pastilla del optimismo



El reto 5: ¿Pensamos en positivo?

Equipo de trabajo

Acreditados profesionales de la educación y formación

En **Edúkame** damos soporte, ayuda, orientación y formación en hábitos y competencias emocionales. Para ello desarrollamos herramientas online y materiales digitales.

Nuestro objetivo es que logren aprender a resolver situaciones problemáticas, asumir hábitos y rutinas beneficiosas, y potenciar el buen desarrollo emocional.

Somos especialistas en pedagogía, educación emocional. Contamos con una comunidad de profesionales expertos cada día más grande, involucrada en esta tarea.

Hemos colaborado entre otros con :

serPadres.es

Imaginarium 

 **tiching**


Círculo
de Lectores


U 
B Universitat
de Barcelona


FAROS
HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU

Premio a la innovación



Premio 2014 TIC REDEM a la experiencia destacada por su innovación en la educación (Red Educativa Mundial)

Edúkame



Contacto Edukame

JUAN CARLOS MORA
juancarlos@edukame.com
Aragón, 472, 5ª Planta
BARCELONA

MUCHAS
GRACIAS

Edukame