

## Consejos prácticos para el trabajo que nunca termina.

OCTUBRE 2024

Puedes gestionar las exigencias contrapuestas de la maternidad activa con tu carrera profesional. Si la mayor parte de tu tiempo la dedicas a los cuidados y las tareas domésticas y tu trabajo se resiente por ello en este libro encontrarás algunos consejos de expertos para ayudarte a aliviar esta tensión y lograr el equilibrio entre la familia y el trabajo y sentirte realizada en estos ámbitos en tu vida.

*Tips para mamás* te ayudará a equilibrar e integrar tu carrera profesional con la maternidad, navegar por diferentes culturas de trabajo y encontrar el éxito y la satisfacción en uno de los trabajos más difíciles -y más importantes- de tu vida.

Aprenderás a: Dejar atrás la culpa de madre trabajadora y esa constante sensación de «agobio». / Discutir los compromisos familiares con un jefe que no te apoya. / Crear una pandilla de padres para apoyar a los cuidadores. / Negociar un reparto más equitativo del trabajo en casa. / Decir no a las «tareas domésticas de oficina» y a otras tareas invisibles en el trabajo.

*Tips para mamás* es una guía amplia para llevar a la práctica una serie de recursos que recomiendan los expertos y que puedes utilizar para que combines tu carrera profesional con tu vida como madre. Sea cual sea tu historia particular como madre trabajadora, o el campo en el que te muevas, o los años que lleves en esto o si te llaman mamá, mami, abuela o cualquier otra cosa.

### NOVEDAD HABILIDADES DIRECTIVAS

ISBN: 9788419841667  
 Encuadernación: Rústica  
 Formato: 15.3 x 23 cm  
 Págs: 188  
 Papel: FSC  
 Categoría: B  
 Derechos: M  
 PVP: 18,22 € | 18,95 €  
 IBIC: VFX

Palabras clave: **madres, consejos, trabajo, gestión el tiempo, horarios, plenitud, familia**



### Autor:

Elaborada por el equipo de editores de *Harvard Business Review*, esta colección te ayudará a anticiparte a los retos, aprender a defenderte con más eficacia, equilibrar tus horarios y a encontrar la plenitud en casa y en el trabajo. Ya sea con un recién nacido o planificando el futuro con tu hijo adolescente. Encontrarás los consejos prácticos, habilidades y casos que necesitas para que la paternidad y maternidad funcionen para ti y tu familia.

### Redes sociales:

**Instagram:** @harvard\_business\_review

**LinkedIn:** <https://www.linkedin.com/company/harvard-business-review/?trk=biz-companies-cym>

**Twitter:** <https://x.com/HarvardBiz>

### Argumentos de venta y Plan de medios:

- Nueva colección de HBR «**Harvard Working Parents**» traducida al castellano por Profit editorial.
- Este libro aborda las principales preocupaciones de las madres que no tienen tiempo para llevar a cabo su rol de paternidad.
- Encontrarás consejos prácticos, estrategias y estudios que necesitas para que la paternidad y maternidad funcionen para ti y tu familia.
- Nota de prensa y promoción en redes sociales.

### Otros libros relacionados:

