Programa Formativo

ACCIÓN DE FORMACIÓN:

CURSO MOTIVACIÓN Y AUTOESTIMA PARA LA EFECTIVIDAD PERSONAL

DURACIÓN:

16.00 horas [7.00 hora(s) teórica(s) y 9.00 hora(s) práctica(s)]

OBJETIVO GENERAL:

PROPÓSITO:

DIRIGIDO A:

UNIDADES PROGRAMÁTICAS

UNIDAD 1: Autoestima Personal

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Identificar la importancia de la autoestima personal, como energía y proceso de la efectividad Individual.	"1) La Autoestima Personal como energía integradora de la Efectividad Personal. 2) Proceso de desarrollo de la Autoestima Personal. 3) La Autoestima y su impacto en las diferentes dimensiones de la Actuación Personal"	2.00 horas teóricas y 2.00 horas prácticas (4.00 horas totales)

UNIDAD 2: La motivación

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Analizar los diferentes niveles de la escala de las necesidades de las personas según la teoría de la pirámide de las necesidades de Maslow.	"1) Concepto de motivación. 2) Teoría de la pirámide de las necesidades. 3) Tipos De Motivación 4) El ciclo motivacional. 5) La Motivación en el trabajo. 6) Las motivaciones sociales. 7) ¿ Quien me ha robado mi queso? 8) La necesidad de mejorar."	1.00 horas teóricas y 1.00 horas prácticas (2.00 horas totales)

UNIDAD 3: Motivación y actitudes para la efectividad personal

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Valorar las actitudes y el autoestima como palanca de efectividad personal.	"1) La actitud como elemento clave de la excelencia y el mejoramiento continuo. 2) El Significado Positivo de la Palabra Fracaso. 4) Competencias Clave para el desarrollo de la Excelencia. 5) El Modelo del Observador: Lenguaje, Emociones y Cuerpo. 6) La inteligencia emocional"	2.00 horas teóricas y 2.00 horas prácticas (4.00 horas totales)

UNIDAD 4: Herramientas para la calidad personal

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Identificar herramientas que facilitan el apalacamiento del autoestima y la motivación para la efectividad personal.	"1) Paradigmas personales. 2) El Efecto Pigmalión y el Efecto Galatea. 3) Desarrollo de una visión positiva: Hábitos y Disciplina. 4) Los Valores: Repensarnos a nosotros mismos. 6) Ética: Un enfoque basado en calidad. 7) El Potencial Personal. 8) La Obviedad."	2.00 horas teóricas y 4.00 horas prácticas (6.00 horas totales)