Programa Formativo

ACCIÓN DE FORMACIÓN:

CHARLA "RESILIENCIA" MAÑANAS POSITIVAS

DURACIÓN:

1.00 horas [0.30 hora(s) teórica(s) y 0.70 hora(s) práctica(s)]

OBJETIVO GENERAL:

Al finalizar la acción de formación, los participantes estarán en capacidad de contribuir con el desarrollo personal de los trabajadores, informandole sobre el uso de técnicas y herramientas que le ayuden en el crecimiento personal, la identidad corportiva y Herramientas para afrontar las situaciones personales y del entorno.

PROPÓSITO:

Contribuir con el desarrollo personal de los trabajadores, informandole sobre el uso de técnicas y herramientas que le ayuden en el crecimiento personal, la identidad corportiva y Herramientas para afrontar las situaciones personales y del entorno.

DIRIGIDO A:

Personal operativo del Blindados de Oriente.

UNIDADES PROGRAMÁTICAS

UNIDAD 1: Resiliencia

OBJETIVO	CONTENIDO	DURACIÓN
Comprender los beneficios de la resiliencia.	1) Definición de Resiliencia. 2) Hábitos de las personas resilientes. 3) ¿Qué contribuye a que seamos más resilientes? 4) ¿Cómo son las personas resilientes? 5) ¿Qué hacer para desarrollar la resiliencia? 6) Beneficios y dinámicas aplicadas a la Resiliencia.	0.30 horas teóricas y 0.70 horas prácticas (1.00 horas totales)