

CREDENCIAL EN

Crecimiento Personal


33 HORAS



COMPETENCIA PARA DESARROLLAR

Conoce las fortalezas de carácter y su relación con la resiliencia y el crecimiento personal.

OBJETIVOS

- Conocer los temas y teorías más importantes sobre las fortalezas de carácter.
 - Identificar cómo se aplican las fortalezas de carácter en los entornos organizacionales y educativos.
 - Comprender el concepto de resiliencia y su aporte al crecimiento personal.
 - Comprender qué es el propósito de vida.
- 

BENEFICIOS

- En esta credencial el participante aprenderá cómo el enfoque en fortalezas y la resiliencia son importantes para la vida diaria. Identificará cómo puede apoyar descubrir el propósito de vida en el crecimiento personal

DIRIGIDO A

- Público en general que quiera incrementar sus habilidades en Bienestar personal.

DURACIÓN Y MODALIDAD

33 horas |  Autodirigido

TEMARIO

Módulo

1

Definición y clasificación de fortalezas de carácter.

2

Fortalezas particulares y otros subgrupos de fortalezas.

3

El modelo CEA para desarrollar las fortalezas.

4

Las fortalezas de carácter en contexto: educación y organizaciones.

5

Definición y características de la resiliencia.

6

Factores protectores y promotores de la resiliencia.

7

Entrenamiento en resiliencia para el bienestar.

8

Desarrollar factores protectores en el contexto educativo y organizacional.

9

¿Qué es el propósito de vida?

10

Importancia del propósito.

11

La formación del propósito.

12

¿Cómo crear un propósito de vida?"