



Universidad **Tecmilenio**
Instituto de Ciencias del Bienestar y la Felicidad



**Centro de
Desarrollo de
Competencias**
Tecmilenio

CREDENCIAL EN

Propósito de Vida

33 HORAS

COMPETENCIA PARA DESARROLLAR

Analiza los componentes que integran el propósito de vida.

OBJETIVOS

- Comprender el vínculo entre las relaciones interpersonales y el bienestar.
- Comprender qué es tener un propósito en la vida.
- Comprender los factores socio-económicos asociados con la resiliencia.

BENEFICIOS

- En esta credencial el participante aprenderá sobre la importancia de las relaciones para el bienestar, y qué caracteriza a las buenas relaciones interpersonales, la relación entre propósito de vida y sentido de vida y la resiliencia como capacidad de los seres humanos, qué la promueve y cómo podemos desarrollarla.

DIRIGIDO A

- Personas que estén interesadas en mejorar su desempeño persona y laboral a través de la psicología positiva.

DURACIÓN Y MODALIDAD

33 horas |  Autodirigido

TEMARIO

Módulo

1

2

3

Tema

Relaciones positivas.

Propósito y sentido de vida.

Resiliencia.