

Desarrollo humano

Área de Conocimiento: Desarrollo Humano

Duración: 20 hrs.

Modalidad: Presencial

Objetivo: Proporcionar a los participantes un modelo de cambio efectivo a través del conocimiento de su persona, su actitud, su comportamiento asertivo, su autoestima, sus valores y la motivación con el propósito de generar conductas positivas y un nuevo estilo vida.

Contenido temático:

1. ACTITUD.
 - 1.1. Que es la actitud.
 - 1.2. Actitud mental positiva.
 - 1.3. Actitud negativa.
2. ASERTIVIDAD.
 - 2.1. Que es asertividad.
 - 2.2. Conductas asertivas.
 - 2.3. Los derechos asertivos.
3. AUTOESTIMA.
 - 3.1. ¿Quién soy?
 - 3.2 Pirámide de las necesidades humanas.
 - 3.3 Auto aceptación.
 - 3.4. Reforzamiento positivo de mis actitudes.
4. VALORES.
 - 4.1 Valores universales.
 - 4.2 Conflictos externos.
 - 4.3 Conflictos internos.
 - 4.4 Imagen frente al grupo.
5. MOTIVACIÓN
 - 5.1 Motivación de actitudes positivas.
 - 5.2 Actitud positiva.
 - 5.3 La actitud afecta a la conducta.