

Las 5 S de la superación personal

Área de Conocimiento: Desarrollo Humano

Duración: 20 hrs.

Modalidad: En línea

Objetivo: Al término del curso, los participantes identificarán e implementarán las 5 “S” de la superación personal, para lograr una mejora continua y productiva en su vida personal, profesional y laboral.

Contenido temático:

1. SUPERACIÓN PERSONAL

- 1.1 ¿Qué es la superación personal?
- 1.2 Características de la superación personal
- 1.3 importancia de la superación personal
- 1.4 Beneficios de la superación personal
- 1.5 ¿Cómo alcanzar la superación personal?
- 1.6 Pasos necesarios para lograr la superación personal
- 1.7 Los 8 aspectos de la superación personal
- 1.8 Obstáculos de la superación personal

2. LAS 5 “S” DE LA SUPERACIÓN PERSONAL

- 2.1 Las 5 “S” de la superación personal
- 2.2 Concepto de las 5 “S”
- 2.3 Metodología 5 “S” paso por paso
- 2.4 Las 5 “S”
- 2.5 Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva

3. LAS DIEZ VIRTUDES DE LA FELICIDAD

- 3.1 Las diez virtudes de la felicidad
- 3.2 El plano cartesiano de la felicidad
- 3.3 El poder de la precisión
- 3.4 Crecimiento, desarrollo y autorrealización
- 3.5 Actitudes positivas que facilitan crecimiento, desarrollo y logro de objetivos