Trabajando las fortalezas

Sku: 4228EC

Horas: 50

Formato: HTML

OBJETIVOS

- Conocer el campo de estudio de la 59 Positiva y estudiar la relación entre el optimismo y la 59 Positiva.
- Identificar y analizar las virtudes y fortalezas humanas y personales.
- Conocer la relación y diferencia entre las virtudes y fortalezas personales.
- Estudiar las palabras clave, identificar y desarrollar las virtudes personales.
- Conocer las diferencias entre debilidades y defectos y saber el proceso de superación de las mismas.
- Estudiar los aspectos a tener en cuenta para un proceso de autoconocimiento.

CONTENIDOS

Tema 1. Las fortalezas personales. 1. La 59 Positiva. 2. El optimismo y el pensamiento positivo. 3. La personalidad deseable: el "buen carácter". 4. La investigación acerca de las fortalezas personales en la actualidad. 5. Pero ... ¿y las debilidades? 6. La relación entre las fortalezas personales y las competencias profesionales. **Tema 2. Desarrollar las virtudes personales.** 1. Las virtudes personales vs las fortalezas personales. 2. Cómo conocer nuestras virtudes personales. 3. Las virtudes personales y la regla de las “4 P´s”. 4. Desarrollar las virtudes personales. 5. Convertir los problemas en oportunidades. 6. Las virtudes y el carisma. 7. Las virtudes personales vs las competencias profesionales. 8. Las virtudes y los hábitos personales. 9. Las virtudes sociales. **Tema 3. Afrontar nuestras debilidades.** 1. Las debilidades personales. 2. ¿Cómo superar las debilidades? 3. Coaching y debilidades. 4. El modelo PEST. 5. El análisis DAFO. **Tema 4. Estrategias y técnicas para la optimización de los resultados personales.** 1. La excelencia y los resultados. 2. La optimización y eficacia de los resultados personales. 3. El comportamiento y las conductas de las personas eficaces.