

CURSO PARA VALIENTES RESILIENCIA, ADAPTACIÓN Y CAMBIO CURSO VÍA STREAMING

Fecha: jueves 13,20, 27 de enero

Horario: De 16:00 a 17:50 horas

Perfil de público al que va dirigido: Público en general

Entrada libre. Cupo limitado.

Raquel Origel Puertas

Líder desde hace más de 15 años en temas de Responsabilidad Social, Recursos Humanos, Comunicación Organizacional, Filantropía, Desarrollo Humano y Diversidad e Inclusión dirigiendo a equipos de más de 2,600 personas a nivel nacional, formando equipos de alto rendimiento en más de 200 empresas en el país, desarrollando Planeación Estratégica, Operativa y Presupuestos, participación en medios de comunicación como Líder Social; Especialista en Comunicación Digital, Relaciones Públicas. Creación y planeación de contenidos de Capacitación para el Desarrollo de Talento. Fortalecimiento de Relaciones Institucionales y Vinculación. Dirección de Estrategias de Impacto y Fomento Social, Bienestar Organizacional y Calidad de Vida en el trabajo.

Objetivos de aprendizaje

Estamos viviendo en un mundo cambiante y las situaciones nos ponen a prueba en lo personal, familiar y laboral. Este curso busca desarrollar la capacidad que tienes de adaptarte al cambio y afrontar las adversidades a las que debes enfrentarte constantemente.

Sesiones

enero 13, 2022

¿Qué es Resiliencia?

Conocer los términos de la resiliencia, los factores que intervienen en ella y la importancia de los conflictos en la vida del ser humano.

Sesión 2

enero 20, 2022

¿Cómo aprender a superar la adversidad?

Identificar la manera en la que el optimismo y buen humor pueden servirnos para superar conflictos y propiciar nuestro propio bienestar.

Sesión 3

enero 27, 2022

Características de las personas resilientes y cómo potenciar tu resiliencia.

Reconocer que todas las personas tenemos características resilientes que nos pueden impulsar. Comprender las actitudes y comportamientos que debemos tener si queremos superar nuestros problemas de la mejor manera sin sacrificar o poner en riesgo nuestra salud mental ni la de las personas que nos rodean

Se entrega constancia de participación con el 100% de asistencia

IMPORTANTE

Queda estrictamente prohibido la reproducción total o parcial de este programa sin previa autorización por escrito del(a) coordinador(a) del programa.

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción NO ASEGURA TU LUGAR. Es importante conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
5. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a centroeducativo@myt.org.mx