



FÉNIX

DESARROLLA TU RESILIENCIA
ONLINE

FÉNIX

DESARROLLA TU RESILIENCIA



I. Objetivo:

Aprender, construir, y fortalecer, la resiliencia de las personas en las organizaciones por medio de compendio de pensamientos, gestión emocional, actitud, y acciones.

II. Dirigido a:

Personas que trabajan en organizaciones que se están enfrentando a adversidades y literalmente necesitan levantarse como el ave fénix de situaciones como: reorganizaciones, cambios profundos e importantes, tensiones, relaciones difíciles, y lo más importante COVID-19

III. Temario:

- Desarrollar un optimismo realista
- Incrementar nuestro nivel de autoeficacia
- Desarrollar nuestra creatividad
- Aprender de la adversidad
- Fortalecer nuestro capital psicológico.

IV. Duración:

8 horas.

Presencial, 1 día.

Virtual, 4 sesiones.



***"Fracaso no es caer, sino
negarse a levantarse"***

Proverbio chino