

CURSO	MINIYO: Competencias personales para el éxito
CODIGO	C14

FECHAS	Del lunes 7 al jueves 10 de Agosto	HORARIO	16:30 a 20:30
DURACION	16 h	INSCRIPCION	100 €

CONTENIDOS FORMATIVOS:

1. Conociendo a "miniyo" (también conocido como orgullo o ego)
2. Principales conflictos con "miniyo": autoestima, egocentrismo
3. Los consejos de las abuelas: gestionando emociones
4. ¿Quieres cambiar las cosas? ¡Empieza por ti mism@!
5. Resiliencia: competencia emocional
6. Zona de confort: ¿Qué es? ¿Cómo se sale de ella?
7. Crecimiento personal: la ventana de Johari
8. PMP: El Plan de Mejora Personal
9. Casos prácticos: Videos y elaboración de PMP de cada participante

IMPARTE:

FIDA CONSULTORES

www.grupofida.com

JOSE MARIA MARTINEZ

jmartinez@grupofida.es



FORMADOR

Formador y consultor.
 Licenciado en ADE.
 16 años de experiencia como consultor y formador en gestión de personas.
 Coach Certificado Asociado por AECOP nº CA36 con más de 600 horas realizadas en sesiones de coaching para empresas públicas, privadas y particulares.