

<b>CURSO</b>	<b>MINIYO: Competencias personales para el éxito</b>
<b>CODIGO</b>	03

<b>FECHAS</b>	<b>Del lunes 7 al viernes 11 de julio</b>	<b>HORARIO</b>	<b>16:00 a 20:00</b>
<b>DURACION</b>	<b>20 h</b>	<b>INSCRIPCION</b>	<b>100 €</b>

### 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](http://www.grupofida.com)

---

**JOSE MARIA MARTINEZ**

[jmartinez@grupofida.es](mailto:jmartinez@grupofida.es)

**FORMADORES**



Formador y consultor, 13 años de experiencia como consultor y formador en gestión de personas, Coach Certificado Asociado por AECOP nº CA36.