



Curso Automotivación: la clave del éxito

Calle de la Basílica, 19
28020 Madrid
(34) 915 53 61 62
www.cas-training.com





CAS-HAB-AMCE

CAS Training

**Nivel**

Intermedio

**Duración**

16 horas

**Modalidad**

Aula Virtual

**Learning
by doing****Curso
Oficial**

Curso Automotivación: la clave del éxito

Dirigido a:

Dirigido a profesionales de todos los niveles que deseen fortalecer su capacidad de automotivación para alcanzar el éxito en su vida personal y profesional. Es ideal para aquellos que desean mantenerse enfocados en sus metas, superar desafíos y mantener una actitud positiva frente a los cambios y dificultades.

Objetivos:

- Descubrir el poder de la automotivación: comprender cómo la automotivación puede influir en tu éxito personal y profesional, y aprender a utilizarla como una herramienta poderosa en tu vida.
- Superar obstáculos y desarrollar resiliencia: aprender a enfrentar los desafíos y convertirlos en oportunidades de crecimiento, desarrollando habilidades de resiliencia para mantener la determinación y el enfoque en tus metas.
- Adoptar una mentalidad de crecimiento: desarrollar una actitud positiva y una mentalidad de crecimiento que te permita aprender de los errores, superar la autocrítica y aprovechar las oportunidades de crecimiento personal.
- Establecer metas claras y realizar un seguimiento efectivo: aprender a establecer metas realistas y crear un plan de acción concreto, seguido de un seguimiento regular para evaluar tu progreso y realizar ajustes necesarios.
- Mantener la motivación a largo plazo: descubrir estrategias y herramientas para mantener la motivación a largo plazo, identificando tus fortalezas, cuidando tu bienestar emocional y encontrando inspiración en tu entorno laboral y personal.

Requisitos:

No es necesario cumplir con requisitos previos para acceder a este curso.

Material del curso:

Material desarrollado por expertos de CAS Training.

Perfil del docente:

- Formadores con sólida comprensión de los principios fundamentales y las teorías asociadas con las diversas áreas de habilidades.
- Amplia experiencia práctica en la aplicación de habilidades a situaciones laborales relevantes.
- Habilidades pedagógicas suficientes para transmitir conceptos de manera clara y una capacidad para adaptar el contenido a diversos grupos y niveles de experiencia.
- Más de 10 años de experiencia profesional.
- Más de 10 años de experiencia como docente.



Metodología:

- “Learning by doing” se centra en un contexto real y concreto, buscando un aprendizaje en equipo para la resolución de problemas en el sector empresarial.
- Aulas con grupos reducidos para que el profesional adquiera la mejor atención por parte de nuestros instructores profesionales.
- El programa de estudios como partners oficiales es confeccionado por nuestro equipo de formación y revisado por las marcas de referencia en el sector.
- La impartición de las clases podrá ser realizada tanto en modalidad Presencial como Virtual.

Contenidos:

Módulo 1: Introducción a la automotivación

- Descubre el poder de la automotivación y cómo puede influir en tu éxito personal y profesional.
- Aprende a identificar tus metas y objetivos para enfocar tu energía de manera efectiva.
- Explora la importancia de mantener una actitud positiva y el impacto que tiene en tu automotivación.

Módulo 2: Superando los obstáculos y creando resiliencia

- Aprende a superar los obstáculos y desafíos que puedan surgir en tu camino hacia el éxito.
- Desarrolla habilidades de resiliencia para enfrentar y adaptarte a las situaciones adversas.
- Descubre estrategias para manejar el estrés y mantener una mentalidad positiva en momentos difíciles.

Módulo 3: Desarrollando una mentalidad de crecimiento

- Entiende la importancia de adoptar una mentalidad de crecimiento para alcanzar tus metas.
- Aprende a superar la autocrítica y convertirla en una oportunidad de aprendizaje y crecimiento personal.
- Explora técnicas para fortalecer tu confianza y autoestima, impulsando así tu automotivación.

Módulo 4: Estableciendo un plan de acción y seguimiento

- Aprende a establecer metas claras y realistas, y crear un plan de acción efectivo para alcanzarlas.
- Descubre cómo realizar un seguimiento regular de tu progreso y realizar ajustes cuando sea necesario.
- Explora herramientas y técnicas para mantener la motivación a lo largo del camino y celebrar tus logros.

Módulo 5: Manteniendo la automotivación a largo plazo

- Descubre estrategias para mantener la automotivación a largo plazo y evitar la desmotivación.
- Aprende a identificar y aprovechar tus fortalezas y pasiones para mantener tu impulso y entusiasmo.
- Explora técnicas de autorreflexión y autocuidado para mantener un equilibrio saludable en tu vida.

Módulo 6: Inspiración y motivación en el entorno laboral

- Aprende a inspirar y motivar a otros en el entorno laboral, creando un ambiente positivo y productivo.
- Descubre cómo reconocer y apreciar los logros de tus compañeros y crear un espíritu de colaboración.
- Explora estrategias para liderar con ejemplos motivadores y fomentar la automotivación en tu equipo.

Módulo 7: Construyendo una mentalidad de éxito duradero

- Comprende cómo mantener una mentalidad de éxito a largo plazo y convertirla en un hábito.
- Aprende a utilizar la visualización y la afirmación positiva para reforzar tu automotivación.
- Explora técnicas de autorreflexión y crecimiento personal para continuar desarrollándote y alcanzar nuevos niveles de éxito.



CAS TRAINING

UN ESPACIO PARA CRECER

cas-training.com

Curso Automotivación: la clave del éxito

CAS-HAB-AMCE

Microsoft
Partner



ORACLE

Partner

ORACLE
University

Digital Distribution Partner

OPENEDG
Channel
Partner

