



AUTOCONOCIMIENTO y AUTOMOTIVACIÓN

- **PRESENTACIÓN**

La AUTOMOTIVACIÓN es la habilidad personal fundamental, para avanzar y sentirse bien tanto en nuestra vida personal como profesional... Y sin embargo, nadie nos enseña a motivarnos.

- **OBJETIVO**

Se trata de que los asistentes a este curso constaten cual es su manera de auto motivarse, tengan ocasión de comprobar que existen otras formas de auto motivarse, y descubran que finalmente, todo el mundo puede aumentar de manera notable su habilidad de motivarse si se lo propone.

- **PROGRAMA**

- El lugar que ocupa la auto motivación en el abanico personal de talentos y habilidades.
- Análisis de las diversas formas de auto motivarnos que están a nuestro alcance.
- Lo que implica adquirir destreza en la habilidad de motivarse: un proceso continuo de auto aprendizaje de cuatro etapas.
- Cómo atribuir significado a lo que uno hace para que resulte más motivador.
- Estudio y origen de las maneras preferentes de actuar de cada persona, y su importancia en nuestro devenir personal y profesional.
- Cómo conseguir más y mejores resultados en nuestra vida personal y profesional, y disfrutar los frutos de este nuevo estadio de “productividad”. Aprender a gestionar el disfrute en nuestra vida laboral diaria, armonizando recursos y desafíos.