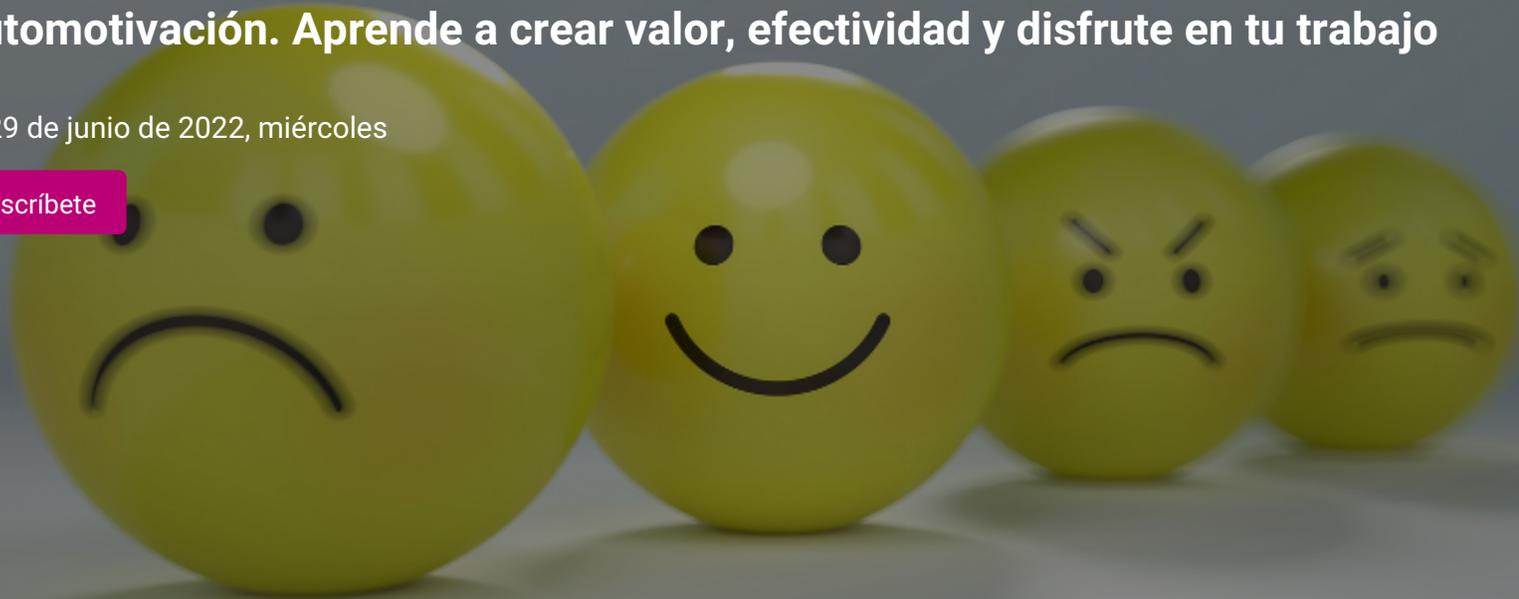


## Automotivación. Aprende a crear valor, efectividad y disfrute en tu trabajo

📅 29 de junio de 2022, miércoles

Inscríbete



Este curso es un módulo de: [Programa para el desarrollo de habilidades de gestión emocional en el trabajo](#)



**Fechas:**

29 de junio, miércoles

**Presencial**



**Videoconferencia**



**Horario:**

de 16:00 a 20:00 h.



**Precio especial para socias/os**

**Pulsa AQUÍ para ver los precios**

Inscríbete

### **Nota a las personas que participan por videoconferencia:**

En esta formación se recomienda disponer webcam y micrófono para mayor aprovechamiento de la actividad.

## Profesora



### Teresa Martínez Vallejo

- Licenciada en Psicología.
- Coach Profesional Ejecutivo. Certificación por AECOP
- Master en Programación Neurolingüística remodelada
- Master en Intervenciones Psicológicas para Desarrollo Personal y Organizacional Universidad Psicología de Valencia (D.B.M®)
- Diploma en Hipnosis Ericksoniana (D.B.M®) Universidad de Psicología Valencia
- Certificación en Professional Behavioral and Systems Modeler. Sensory systems

## PROGRAMA

- Emociones y motivación.Cuál es la relación que hay.
- Qué es la motivación, cómo funciona. Elementos involucrados.
- Valores: Qué necesitas, qué quieres, qué te gusta.
- La habilidad de motivarse ¿cómo te motivas?
- Procesos y patrones motivacionales. Potenciadores y limitantes.
- Valores limitantes y usos limitantes de los valores. Imposición, ilusiones, autoengaño, falacias.
- Aburrimiento y estancamiento como el motor del cambio.
- Qué merece la pena en el trabajo, las relaciones. Valor y significado.
- Estrategias y técnicas para motivarte y enriquecer tu día a día.

## INFORMACIÓN GENERAL

### Objetivos

- Comprender qué es la motivación y cuál es la relación que guarda con las emociones
- Potenciar habilidades y estrategias de automotivación y motivación de los demás a través de la identificación de los valores propios y ajenos
- Aprender a crear valor, enriquecimiento, disfrute y efectividad tanto para uno mismo como en los sistemas en los que vivimos.

## INSCRIPCIONES



**Socios/as:**

70 €



**No socios/as:**

170 €

Únete a la asociación



Para más información:

948 290155

Inscríbete