

OBJETIVO:

Promover el autoconocimiento y la autoaceptación de los participantes, a través de experiencias vivenciales, lo que les permitirá un desarrollo consciente de sus talentos y habilidades, de la valoración de si mismos y así mejorar sus relaciones interpersonales, lo que redundará en un mejor desempeño laboral.

CONTENIDO:

1.- La Autoestima y el Ser Humano

- Qué es la Autoestima
- Quién soy yo?
- Esferas del Ser Humano Integral

2.- La Autoestima en el Desarrollo Humano

- Escalera de la Autoestima
- Autoestima alta y baja

3.- Estrategias para promover la Autoestima

- Necesidades Psicológicas y sus satisfactores.