

Temario del Curso Presencial:

**“Crear en ti: Alcanza el éxito
mediante la autoconfianza”**

Intensivo de 2 Días: 16 Horas

Conmutador: (55) 5343 5061

<https://capitacionrealestrategy.com> Email: capitacion@realestrategy.com

MÓDULO 1. Quiero ser mejor NECESITO saber: ¿Quién soy?

OBJETIVOS

- ✓ Creer en uno mismo: no dejes que te etiqueten
- ✓ El mérito de creer en uno mismo
- ✓ El amor y la aceptación transforman
- ✓ Los límites que tenemos son creados por nosotros
- ✓ Influencia social en mi estado de ánimo

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. Introducción

- ✓ La mente es maravillosa: Entendiendo el poder de mi yo interior.
- ✓ Etiquetas sociales: No dejes que el exterior influya tu interior.
- ✓ El rol social yo lo decido
- ✓ La confianza en uno mismo es vital : La clave del éxito es la autoconfianza.
- ✓ La confianza se puede aprender: Cómo controlar mis pensamientos positivos acerca de mi mismo.

2. Necesitas creer en ti mismo

- ✓ Convierte tus debilidades en fortalezas
- ✓ Descubre cual es tu verdadero potencial
- ✓ Las personas no te definen
- ✓ Influencia familiar
- ✓ Influencia social

3. Conviértete en tu propio Coach

- ✓ Ver las pequeñas cosas que provocan felicidad
- ✓ Aprendizaje de los fracasos
- ✓ Autodeterminación
- ✓ Automotivación
- ✓ Equilibrio emocional

4. La mejor versión de mí que quiero ser

- ✓ Fe en mí mismo
- ✓ Deseos de superación
- ✓ Establecer objetivos/ metas
- ✓ Aceptación de quien soy
- ✓ Potencializar mis capacidades

5. Comparaciones con los demás

- ✓ El compararse solo afecta mi estado de ánimo
- ✓ Todos tenemos nuestro propio ritmo de vida
- ✓ Reconocer mis logros

MÓDULO 2. Desarrollando mi potencial

OBJETIVOS

- ✓ Visualizar los obstáculos como oportunidades de crecimiento
- ✓ La seguridad en mí mismo
- ✓ En tu mente, conviértete en el súper héroe que deseas ser
- ✓ Empodérate

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. Las cosas negativas siempre suceden
 - ✓ Percepción de las situaciones
 - ✓ ¿Qué tan grave es en realidad la situación?
 - ✓ ¿Qué aprenderé de esto?
 - ✓ Las cosas suceden por algo
 - ✓ ¿Qué tanto creceré con esto?
2. Miedos que dominan mi mente
 - ✓ Manejo del temor
 - ✓ Control de mis emociones
 - ✓ Fortaleza en mis virtudes
 - ✓ Fortalecer mi carácter
3. Aceptación es el primer paso
 - ✓ Necesitamos aceptarnos para aprovechar nuestro potencial
 - ✓ Arriesgarse a nuevas experiencias
 - ✓ Embarcarse a nuevas experiencias
 - ✓ Cambios en uno mismo
 - ✓ Los demás no deben de influir en tu decisión
4. Si tu no crees en ti, tampoco lo harán los demás
 - ✓ Seguridad que transmites
 - ✓ Cuando uno se acepta sus posibilidades se transforman
 - ✓ La mayoría de los límites que creemos tener es por nosotros mismos
 - ✓ Esfuerzo y autoconfianza



5. Confía en ti, valórate y sigue tu camino
- ✓ No seas conformista
 - ✓ Sal de la monotonía
 - ✓ Cultiva el sentido de la esperanza para reducir la ansiedad
 - ✓ No hay decisiones malas o buenas, solo consecuencias

Conmutador: (55) 5343 5061

<https://capacitacionrealestrategy.com> Email: capacitacion@realestrategy.com