

| | | |
|--------------------------------|--|---------------------------------|
| ACTIVIDAD | CONSEGUIR METAS A TRAVÉS DE LA AUTOMOTIVACIÓN | |
| CLAVE LOCALIDAD/EDICIÓN | 2013.00.B.02.01 Mérida | 2013.00.B.02.02 Cáceres |
| OBJETIVO | <ul style="list-style-type: none"> • Comprender la importancia de la motivación y la creatividad. • Entender la importancia del pensamiento y cómo afecta a la motivación. • Aprender a analizar nuestro comportamiento. | |
| CONTENIDO | <ol style="list-style-type: none"> 1. Pensamiento, emociones y comportamiento. 2. Enfoque optimista y pesimista. La botella medio llena y medio vacía. 3. Técnicas de automotivación. La visualización. Autoinstrucciones. 4. Introspección. 5. Dirigir el pensamiento hacia las metas. | |
| PLAZAS | 20 para cada edición | |
| DESTINATARIOS | Empleados públicos de la Junta de Extremadura. | |
| CALENDARIO Y LUGAR | Días 13 y 14 de mayo Mérida | Días 15 y 16 de mayo Cáceres |
| HORARIO | De 9:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 18:30 horas los dos días. | |
| DURACIÓN | 15 horas | |
| FINANCIACIÓN | Fondos de Formación para el Empleo en las Administraciones Públicas | |