

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CONSEGUIR METAS A TRAVÉS DE LA AUTOMOTIVACIÓN</b>
<b>CLAVE LOCALIDAD/EDICIÓN</b>	2014.00.B.27 Mérida
<b>OBJETIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender la importancia de la motivación y la creatividad.</li> <li>• Entender la importancia del pensamiento y cómo afecta a la motivación.</li> <li>• Aprender a analizar nuestro comportamiento.</li> </ul>
<b>CONTENIDO</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pensamiento, emociones y comportamiento.</li> <li>2. Enfoque optimista y pesimista. La botella medio llena y medio vacía.</li> <li>3. Técnicas de automotivación. La visualización. Autoinstrucciones.</li> <li>4. Introspección.</li> <li>5. Dirigir el pensamiento hacia las metas.</li> </ol>
<b>PLAZAS</b>	20
<b>DESTINATARIOS</b>	Empleados públicos de la Junta de Extremadura.
<b>CALENDARIO Y LUGAR</b>	Días 2, 3 y 4 de junio Mérida
<b>HORARIO</b>	De 9:00 a 14:00 horas todos los días
<b>DURACIÓN</b>	15 horas
<b>FINANCIACIÓN</b>	Fondos de Formación para el Empleo en las Administraciones Públicas