

FICHA TÉCNICA INFORMATIVA

GROWTH MINDSET. ADAPTABILIDAD Y RESILIENCIA

ÁREA: HABILIDADES BLANDAS (SOFT
SKILLS)

N.º DE HORAS	MODALIDAD	NIVEL
10	Online	Básico

DESCRIPCIÓN

Descubre cómo potenciar tu mentalidad para pensar en grande, superar obstáculos y adaptarte con éxito a cualquier cambio. En este curso aprenderás a desarrollar un Growth Mindset que te permitirá transformar tu forma de ver la vida y moldear tu realidad. Explorarás conceptos clave como resiliencia, adaptabilidad y autoestima, además de técnicas para pasar de la inacción a la acción con confianza. Con casos prácticos, charlas inspiradoras y recursos variados, te equiparás para enfrentar nuevos desafíos con una actitud positiva y enfocada en el éxito. ¡Prepárate para evolucionar y crecer!

OBJETIVOS

1. Entender cuál es la mentalidad que hay que tener para poder pensar de manera exponencial, superar las adversidades y adaptarse a los nuevos escenarios, cambiando nuestra manera de ver la vida para que esta moldee nuestras realidades

CONTENIDO FORMATIVO

UNIDAD 1. INTRODUCCIÓN

1. Pensar hacia el éxito

UNIDAD 2. ¿QUÉ ES?

1. Autoestima
2. Growth mindset
3. Resiliencia
4. Adaptabilidad

UNIDAD 3. CARACTERÍSTICAS

1. Aprender a relativizar
2. Dar sentido
3. Actitud
4. De la inacción a la ejecución
5. Adaptarse a la marea

UNIDAD 4. APLICACIÓN

1. Aprender a pensar
2. Pasar a la acción

UNIDAD 5. PROFUNDIZA

1. Conferencias y charlas
2. Caso práctico
3. Blogs
4. Libros
5. Sesión de cine...

UNIDAD 6. CONCLUSIÓN



Inscríbete o solicita más información:



900 92 61 71



www.talention.es



info@talention.es