



DOCTOR OLÓRIZ 2, 1ºA  
GRANADA 18012  
tel. 900 44 22 44  
fax 900 10 17 99  
email info@grupo2000.es  
web www.grupo2000.es



## Técnicas de Autoestima, Autocontrol y Comunicación

IC-0926

Modalidad: Distancia.

Duración: 80 horas

Objetivos:

Mejorar la formación de los técnicos en Orientación, innovando en campos básicos para una Búsqueda Activa de Empleo, tales como: la autoestima, el autocontrol y la comunicación. Analizar y tomar conciencia de la importancia de dichos aspectos en la consecución de los objetivos marcados por el demandante de empleo. Crear un espíritu de investigación y de superación profesional.

Contenidos:

Tema 1.- La Autoestima.

Definición de autoestima. ¿Por qué es importante la autoestima? Cómo disfrutar de una autoestima saludable. La influencia de los otros en la formación de la autoestima.

Tema 2.- La Autoestima Negativa.

¿Qué es la autoestima negativa? Actitudes o posturas habituales que indican autoestima deficiente. ¿Cómo influye la autoestima baja en el ámbito laboral? Terapia contra la autoestima negativa.

Tema 3.- La Autoestima Positiva.

Definición. Características de la autoestima positiva. ¿Cómo pensar de forma positiva? ¿Cómo ayudar a construir una autoestima positiva? ¿Cómo influye la autoestima positiva en el trabajo? ¿Qué caracteriza a una persona con autoestima alta en su trabajo? ¿Cómo influye la empresa en la autoestima de una persona? Evaluación de la autoestima.

Tema 4.- Clasificación de Dinámicas de Grupo.