

CURSO CORTO **¡NUEVO!**
**FLEXIBILIDAD MENTAL
Y GESTIÓN DE
EMOCIONES**



Cada día son más las personas que priorizan su bienestar emocional y esto no es ajeno a las organizaciones. Las grandes industrias que mueven el mundo hoy apuestan por ello. Dándose cuenta que existe una proporción directa entre felicidad y productividad.

Gracias a la tecnología y medios de comunicación, estamos familiarizados con la importancia e impacto que tiene la flexibilidad mental y la gestión de emociones en las personas, para llevar una vida más plena y saludable. Es mediante este trabajo que logran explotar el cien por ciento de sus capacidades

tanto en lo personal como en lo profesional. Lo que ayuda a aumentar la productividad, generando incrementos y un mayor retorno a las empresas.

Este curso está orientado al: Enfoque, desarrollando técnicas para mantener la atención en el presente; Control de las Emociones, claves para identificarlas y gestionarlas con el fin de alcanzar objetivos; El Ego, para reconocimiento y superación de creencias limitantes; Flexibilidad Mental, para aprender a identificar, transformar y expandir nuestra mente; Autoconocimiento, para reconocer las fortalezas y limitaciones; y finalmente, La Confianza, donde utilizaremos herramientas para mejorar la seguridad en uno mismo y el entorno.

OBJETIVOS DEL CURSO:

Al finalizar el curso el participante estará en la capacidad de:

- / Implementar habilidades básicas y fundamentales para el manejo de emociones.
- / Adquirir una mayor flexibilidad mental y un mejor desarrollo del bienestar.
- / Lograr un incremento de la productividad, en su vida personal y profesional.

MODALIDAD REMOTA

Aprende desde la comodidad de tu hogar, sin perder tiempo ni dinero en movilizarte, con nuestros cursos remotos. Los cuales se darán en **6 sesiones**, a través de la plataforma **Blackboard Collaborate (educación sincrónica)**, donde podrás conversar con tu profesor en tiempo real. Además, tendrás las clases grabadas por si deseas consultarlas en cualquier momento.



En caso de cancelación de una clase por motivos de fuerza mayor, la clase será reprogramada en la misma frecuencia (día de la semana); en tal caso el curso podría extenderse por una semana adicional.



Conoce el **inicio de clases y los horarios** en nuestra web:

isil.pe/cursos

DOCENTE:



Tatiana Ramirez Natteri

Bachiller de Psicología, de la Universidad de Lima y emprendedora; con especialidad en psicología clínica. Con Formación en Psicoterapia Gestalt, del Centro de Psicoterapia Humanista del Perú (CPHP). Con estudio en entrenamiento funcional profesional en la Idde.

Trabajo durante 5 años para el colegio María Nicole, colegio para niños con dificultad en el aprendizaje, en donde ejerció como psicóloga especialista en terapia de aprendizaje para niños y adolescentes con TDHS, Aspergers y problemas de aprendizaje. Anteriormente trabajó en RRHH para Multitainer, y en el Hospital FAP.

Actualmente es autora del libro "Yo Fui Víctima", novela basada en hechos reales sobre una problemática de la sociedad actual, libro más vendido dentro de la editorial "Mesa Redonda".

¿POR QUÉ DE LLEVAR LOS CURSOS CORTOS DE ISIL EDUCACIÓN EJECUTIVA?



CURSOS INTENSIVOS



ESPECIALÍZATE EN 6 SESIONES



HORARIOS ADECUADOS

INFORMES E INSCRIPCIONES:

T.: (01) 706-0000 | Anexos: 4303 / 4300
ee@isil.pe | isil.pe/cursos

ISIL EDUCACIÓN EJECUTIVA