

# Automotivación y comunicación saludable

## Objectius

- **Aprender** a vivir motivado en lo laboral y personal.
- **Desarrollar la visión sistémica** de la comunicación en el equipo de trabajo.
- **Mejorar la aceptación** de roles, responsabilidades y derechos en el equipo.



## Programa

1. Las necesidades básicas, de relación y de autorrealización

2. La actitud mental positiva y proactiva

3. Aquí y ahora como fuente de motivación

4. Las necesidades personales dentro del equipo: pertenencia, autonomía, cariño.

5. Responder en lugar de reaccionar

6. Claves de la comunicación saludable



Duración: **10 horas**

grupsural@grupsural.com  
938 915 008 · 627 412 052

   |  627 412 052  
[www.grupsural.com](http://www.grupsural.com)