PROGRAMA CURSO

A. ANTECEDENTES ADMINISTRATIVOS

Nombre curso	• La autoestima una relación sana con uno mismo.
N° total de horas	• 20 horas cronológicas.
N° de participantes	• 40 personas.
Requisito administrativo	• La Consultora se reserva el derecho de suspender la apertura del curso si no cuenta con el mínimo de 20 personas matriculadas.
Dirigido a	• El curso aplica para todas aquellas personas: 1. Que sienten que necesitan mejorar su autoestima, pero no saben cómo. 2. Que les cuesta aceptarse tal y como son. 3. Que son excesivamente perfeccionistas y que creen que nunca dan la talla. 4. Que dan una importancia excesiva a sus defectos. 5. Que no se perdonan cometer un error y se sienten culpables.
Modalidad	• E-learning sincrónica por streaming zoom.
Lugar de realización	• Plataforma virtual, la cual interactúa con computador, notebook, celular (Android), iPad e iPhone.
Fechas ejecución curso	• Inicio: 06 de enero de 2025. • Término: 10 de enero de 2025.
Horario sesiones sincrónicas	• Lunes a viernes desde las 09:00 horas a las 13:00 horas. • Considera cinco sesiones sincrónicas por streaming.
Nota técnica	• Las Instituciones públicas, empresas privadas, organizaciones sociales, entre otras pueden gestionar el curso en la CATEGORÍA CERRADA, para lo cual se deben determinar fechas y horarios para ser impartidos para cada cliente.
Facilitadores	• Equipo profesional con más de treinta años de experiencia laboral en el ámbito educacional y en el desarrollo de los contenidos del plan lectivo del Diplomado. • Además, realizan Relatorías para Universidades, Organismos Técnicos de Capacitación, Fundaciones acreditadas en el Registro ATE-MINEDUC, Establecimientos Educacionales, entre otras.

Certificación	• Los participantes que cumplan las exigencias administrativas del curso recibirán un certificado de aprobación otorgado por la Consultora Cervantes.

B. ANTECEDENTES ACADÉMICOS

Objetivo general	Al término del curso los participantes serán capaces de: • Manejar estrategias para mejorar la autoestima, a través de la aplicación de técnicas y herramientas prácticas que posibilitan conectar con sus habilidades, cualidades y recursos internos para fortalecer su personalidad y su relación con otras personas.
Objetivos específicos	• Identificar los principios psicológicos y sociales de la configuración de la personalidad y de las diferencias individuales. • Conocer la autoestima como un enfoque pleno para mejorar mi visión personal. • Conocer las principales causas de la autoestima fuerte y baja. • Identificar a los sentidos como una relación con el mundo y con los demás. • Utilizar dinámicas para superar el resentimiento para liberar y perdonar. • Potenciar el autoconocimiento de las personas para reconocer fortalezas y debilidades: los pensamientos, el diálogo interior y pasar del miedo a la confianza. • Manejar los fundamentos básicos de la autoestima. • Aplicar las dimensiones de la autoestima para crecer en tu autovaloración. • Aplicar estrategias prácticas en el desarrollo de la autoestima para mejorar la salud mental.
Metodología	• El curso es de carácter práctico tiene considerado una serie de ejercicios, dinámicas y meditaciones guiadas para facilitar el ambiente de las sesiones y la integración de los participantes.
Recursos de apoyo técnico	• Guía de contenidos. • Materiales para las actividades prácticas. • Diploma que certifica el curso.

C. ANTECEDENTES FINANCIEROS

Valor por persona	• Valor curso: $ 60.000.- • Matrícula: $ 25.000.- • Una cuota: $ 35.000.- • Cierre inscripción: 06 de enero de 2025
Forma de pago	• Acceder desde página Web al carro de compra: **Webpay** • Transferencia bancaria. • Orden de compra.
Consultas	• **Celular:** +56999466829 • **WhatsApp:** +56967683182 • **Correo electrónico:** contacto@consultoracervantes.com • **Página Web:** www.consultoracervantes.cl