



**IMECAF México, S.C.**  
Instituto Mexicano de Contabilidad,  
Administración y Finanzas

Nombre del Curso

## **AUTOESTIMA - ASERTIVIDAD - TALLER**

Objetivo

El objetivo de este taller de Autoestima y Asertividad en el Trabajo es elevar la productividad de las áreas laborales, mejorar el ambiente laboral, toda vez que los participantes adquirirán las técnicas y habilidades asertivas, así mismo elevarán su nivel de autoestima y con ello su satisfacción y éxito personal laboral.

Dirigido A

Este curso va dirigido a todos aquellos necesitan comunicarse directa y claramente con sus compañeros de trabajo, sean subordinados, pares o superiores, los requieren un menor desgaste en sus relaciones con proveedores, buscan ofrecer soluciones en menor tiempo y de mayor calidad en su trato con clientes, a la vez que buscan desarrollar confianza en si mismos y en sus capacidades.

Temario

### **TEMARIO DEL CURSO TALLER DE AUTOESTIMA Y ASERTIVIDAD EN EL TRABAJO**

- I. **Definición de Autoestima**
- II. **Autodiagnóstico de autoestima personal**
- III. **La autoestima y el éxito personal y laboral**
- IV. **Elevando la autoestima ... mejorando la productividad**
- V.

## **Factores que influyen en la formación de la Autoestima en la etapa de la niñez**

VI.

**Importancia de la actitud como otro factor que influye en la Autoestima**

VII.

**Características de una persona con alta autoestima y características de una persona con baja autoestima**

VIII.

**Las A's de la Autoestima:**

a.

**Atención**

b.

**Aceptación**

c.

**Aprecio**

d.

**Amor**

IX.

**Características del amor:**

a.

**Conocimiento**

b.

**Interés**

c.

**Respeto**

d.

**Responsabilidad**

X.

**¿Cómo elevar la autoestima personal?**

XI.

**Introyecciones (introyectos)**

XII.

**¿Qué son y cómo influyen en la Autoestima?**

XIII.

## ¿Qué es la asertividad y cómo se desarrolla?

- XIV. **Asertividad (autodiagnóstico)**
- XV. **Definición y concepto de Asertividad**
- XVI. **La línea de la asertividad y los tres tipos de respuesta**
- XVII. **Características de las personas inhibidas, Asertivas y Agresivas**
- XVIII. **Causas por las cuales las personas No son asertivas**
- XIX. **Técnicas para desarrollar la Asertividad**
- XX. **Tipos de Observador y su importancia en la Asertividad**
- XXI. **La asertividad en el trabajo**

### Fechas

Del 03-October-2020 Al 10-October-2020, Sábado de 8 a 15 hrs.  
Del 23-Noviembre-2020 Al 27-Noviembre-2020, Lunes a viernes de 19 a 22 hrs.  
Del 09-Enero-2021 Al 16-Enero-2021, Sábado de 8 a 15 hrs.  
Del 22-Febrero-2021 Al 26-Febrero-2021, Lunes a viernes de 19 a 22 hrs.

### Duración

15 HRS.

### Inversión

\$4,750.00 M. N. más IVA

© 2020 IMECAF México, S.C. Todos los derechos reservados.

Email: [info@imecaf.com](mailto:info@imecaf.com)

Teléfono: (+52)(55) 1085 1515

Url: [www.imecaf.com](http://www.imecaf.com)

Arquímedes 130 Despacho 205 Col. Polanco  
México, Distrito Federal 11570