



eQutel
by preverisk

Eliminar la Timidez y la Fobia Social

ESPECIALMENTE DISEÑADO PARA

OBJETIVOS: Todo el personal, sin necesidad de conocimientos previos

La timidez y la fobia social son los factores de mayor peso en el estancamiento de profesionales, estudiantes o personas que simplemente quieren invitar a alguien a salir o encontrar pareja. Hasta la fecha se ignora con exactitud el porcentaje de vidas que afecta este padecimiento pero lo que si se sabe es el efecto de estancamiento y de no merecer que produce en personas de todo género.

El principal motivo de este curso es ayudar a todas las personas que tengan problemas para manejar su timidez y esto les impida actuar con soltura en una entrevista de trabajo, pedir un aumento de sueldo, invitar a alguien a salir, tener más amigos, desenvolverse en situaciones sociales o caminar por el mundo con la frente bien en alto. Es derecho del ser humano ser feliz, sentirse bien consigo mismo y alcanzar todo su potencial al máximo.

Las técnicas y reflexiones que te proporcionaremos en este curso tal vez serán de gran ayuda no solamente para ti sino para otras personas a quienes conozcas y que se vean aquejadas por la timidez o fobia social.

100% BONIFICADO

METODOLOGÍA

La metodología será fundamentalmente práctica y participativa. Al inicio, se entregará a cada alumno un dossier con toda la información relacionada con el curso. Los participantes irán adquiriendo conocimientos teóricos durante el desarrollo de las sesiones para generalizarlos. Finalmente, para reforzar, se llevarán a cabo unas sesiones presenciales con sus respectivas prácticas (ejercicios de pronunciación así como escenificaciones relacionadas con los contenidos) y un examen. Los alumnos tendrán tutorías vía email o teléfono para resolver cualquier duda. La duración del curso se adaptará a las necesidades formativas del personal.

PROGRAMA FORMATIVO

- Introducción
- ¿Por qué me ruborizo?
- Soluciones efectivas
- Analizando tus miedos
- Tips para mejorar la autoestima