



ADAPTACIÓN **AL CAMBIO Y RESILIENCIA**

**OFERTA DE CURSOS DE
HABILIDADES BLANDAS**

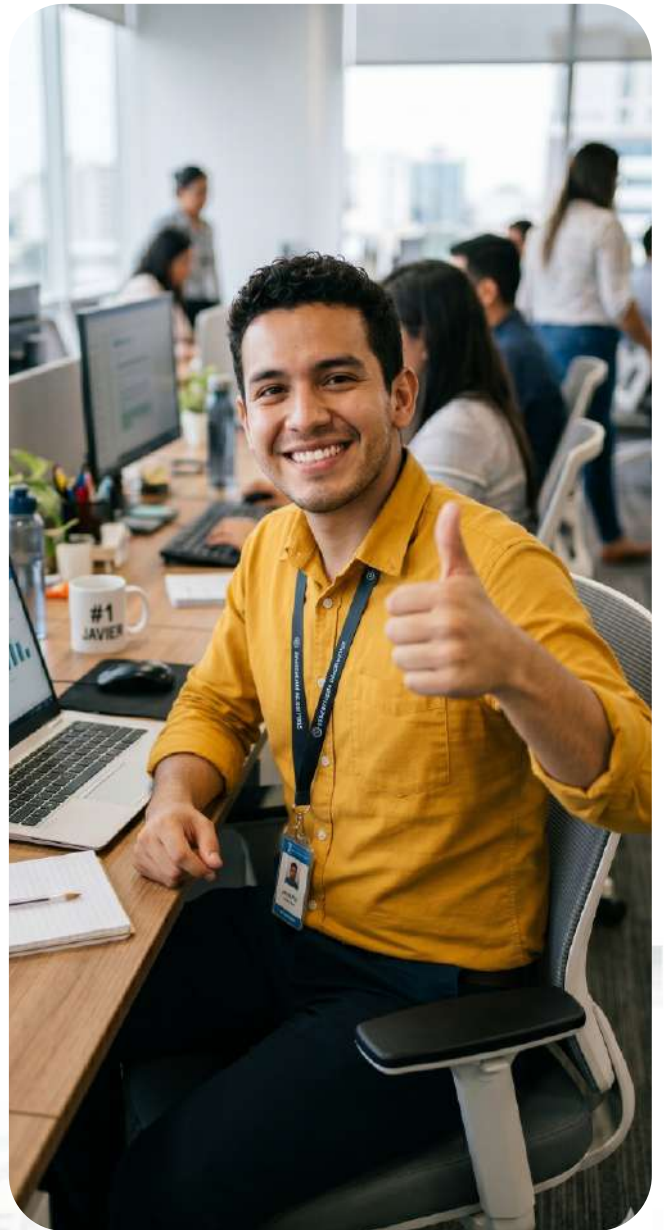
Descripción

En entornos dinámicos, la capacidad de adaptación es clave. Este curso fortalece la resiliencia y la gestión del cambio en contextos laborales.



Objetivo General

Desarrollar habilidades para adaptarse al cambio y fortalecer la resiliencia.



Objetivos

Comprender el cambio organizacional.

Manejar el estrés y la incertidumbre.

Fortalecer la resiliencia.

Desarrollar una mentalidad de crecimiento.

Contenidos

Módulo 1:

Gestión del cambio

- Tipos de cambio.
- Resistencia al cambio.

1

Módulo 2:

Resiliencia

- Concepto.
- Desarrollo personal.

2

Módulo 3:

Manejo del estrés

- Estrategias.
- Autocontrol.

3

Módulo 4:

Mentalidad de crecimiento

- Adaptabilidad.
- Aprendizaje continuo.

4

Metodología

- Ejercicios prácticos
- Dinámicas
- Reflexión guiada
- Casos reales

Modalidad:

- Presencial
- Virtual
- Híbrida

Dirigido: Profesionales y público en general.

Certificación: Certificado digital de aprobación con código QR de validación.





¡CAPACITAMOS A LOS

FUTUROS LÍDERES!

INFO: ➔



📞 098 149 5192

✉️ educacioncontinua@agtech.edu.ec

AG Educación
Continua
Tecnológico **AGtech**



AGtech
Instituto Superior Tecnológico

📱 📺 📷 @agtech_ec | agtech.edu.ec ✨