

## Taller sobre Sentido de Vida y Motivación

### Objetivo:

Identificar y poner en práctica las estrategias y herramientas que permitan al participante mantenerse interesado y entusiasmado en su diferentes actividades y proyecto de vida.

### Temario:

- 1. ¿En qué consiste la motivación?**
- 2. ¿De dónde proviene la motivación?**
- 3. ¿Cómo puedo saber si estoy motivado o motivada?**
- 4. Mi plan de vida**
- 5. La determinación de m misión y visión**
- 6. La clarificación de mis valores personales**
- 7. La elaboración de mi campo de fuerzas**
- 8. La definición de mis objetivos**
- 9. La formulación de mis estrategias de vida**
- 10. Estrategias para la motivación Comunicación y retroalimentación efectiva**
  - El desarrollo del pensamiento creativo
  - Programación Neurolingüística como modelo de excelencia

- Enriquecimiento de las actividades profesionales y mejora continua
- El manejo del tiempo libre
- El dominio del estrés y calidad de vida

## **11.La elaboración de mi plan de trabajo**

### **Duración:**

12 horas

### **Fecha:**

Del 31 de mayo al  
01 de junio del 2019

### **Horarios:**

**Viernes de** 15:00 a 21:00 horas. **Sábado de** 08:00 a 14:00 horas.

### **Lugar:**

Zigma Consulting. Galeana #30 entre Monterrey y Dr. Pesqueira, Col. Centenario. CP. 83260, Hermosillo, Sonora. Hermosillo, Sonora.

### **Inversión:**

**De Contado** \$3,500 pesos más IVA

### **Notas Importantes**

Si una misma empresa inscribe a 3 personas en este curso podrá participar una cuarta sin costo.

### **Proceso de Inscripción:**

- Dar click en el link y llenar la solicitud

[www.zigmaconsulting.com/programas/306/inscripcion](http://www.zigmaconsulting.com/programas/306/inscripcion)

- Es importante efectuar sus pagos en tiempo y forma, y proporcionar sus datos fiscales completos. Su factura se generará en los primeros 7 días hábiles posteriores a la fecha en que ingrese su pago a nuestra cuenta bancaria ([cvaldes@zigmaconsulting.com](mailto:cvaldes@zigmaconsulting.com)).
- Su proceso de inscripción queda confirmado una vez que recibamos vía correo electrónico su comprobante de pago en cualquiera de las opciones seleccionadas.

## Formas de Pago:

Realizar **únicamente transferencias bancarias** o depósito con **cheque** utilizando los siguientes datos:

- **Nombre:** Brenda Sofía Chávez Mézquita, (Socio, Zigma Consulting)
- **Banco:** Banorte
- **Número de Cuenta:** 0685766565
- **CLABE:** 072 760 00685766565 6

Mayores Informes:  
Carlos Valdés Robles, M.A.  
Director, Zigma Consulting  
[cvaldes@zigmaconsulting.com](mailto:cvaldes@zigmaconsulting.com)  
Oficina (662)208 2849  
Cel. (662) 222 7865  
[www.zigmaconsulting.com](http://www.zigmaconsulting.com)