

**ACCION FORMATIVA:** VIVIR PARA LO QUE MÁS IMPORTA

**MODALIDAD:** ONLINE

**DURACION:** 7 HORAS

**FECHAS DE IMPARTICION:** ACCESO DIRECTO TRAS REGISTRARTE EN LA PLATAFORMA COURSERA\*.

**COLECTIVO DESTINATARIO:** PERSONAL SANITARIO O NO SANITARIO, TANTO PARA SU DESARROLLO PROFESIONAL COMO PARA SU DESARROLLO PERSONAL.

**OBJETIVOS:**

Comprender que tener un propósito sólido en la vida es un elemento esencial del bienestar humano.

Saber cómo el propósito auto-trascendente afecta positivamente el bienestar.

Crear un propósito para tu vida.

Aplicar enfoques y habilidades personales para el auto-cambio.

**CONTENIDOS:**

¿Qué es un propósito vital?

Cómo nuestros propósitos organizan nuestras vidas.

Cómo nuestros propósitos cambian nuestras vidas.

Cómo funcionan los propósitos en la vida real.

*La inscripción y realización de esta formación tiene carácter voluntario.*

**\* OPCIONES MATRICULACION COURSERA:**

- Registro en la plataforma con un email + contraseña.
- Tras acceder, hacer clic en "Inscríbete gratis" y luego selecciona la opción "Curso completo, sin certificado" y/o "auditar este curso".