

## TITULO: AUTOCONOCIMIENTO Y RESPONSABILIDAD

**HORAS: 30**

### OBJETIVOS:

Analizar los aspectos básicos del autoconocimiento como necesidad, así como las principales medidas y estrategias para la gestión, mejora y desarrollo de la responsabilidad en las organizaciones.

- Identificar los componentes y aspectos básicos de la automotivación para desarrollar la responsabilidad.
- Explicar la importancia del autoconocimiento como habilidad fundamental inteligencia emocional, así como de las herramientas necesarias para la interpretación de sus beneficios y desarrollo.
- Determinar la importancia de la responsabilidad como parte del el trabajo colaborativo dentro de las organizaciones.
- Argumentar los beneficios del autoconocimiento y la responsabilidad en a aspectos como la motivación, el clima laboral y el trabajo en equipo.

### CONTENIDOS:

- ¿Qué es el autoconocimiento?
- ¿Por qué es necesario el autoconocimiento?
- Hacia una definición de responsabilidad
- Importancia de la responsabilidad
- Mejorar la autoconciencia
- ¿Por qué mejorar la autoconciencia?
- Trabajar la inteligencia emocional
- La línea de la vida
- La ventana de Johari
- Mejorar la responsabilidad
- ¿Por qué mejorar la responsabilidad?
- Responsabilidad y compromiso
- Estrategias para fomentar la colaboración
- Cómo ser responsable
- Beneficios de la responsabilidad y el autoconocimiento
- Automotivación en el trabajo
- Satisfacción y mejora del clima laboral
- Tratamiento y prevención del estrés
- Fortalecimiento de equipos de trabajo