



De la resiliencia al crecimiento personal

Las dificultades, en la vida personal y profesional, se presentan tarde o temprano. La resiliencia nos ayuda a enfrentarlas pero, además, con las adecuadas herramientas, podemos convertirlas en oportunidades de crecimiento personal.

Jesús Matos. Experto en psicología. Autor del libro “Buenos días alegría”

Delivery: SCORM, URL

Developed: 5' VISION by Thinking Heads

Temática: Self management, Ethics & Wellbeing

Translation_priority: Optional

Duration: 5 minutes

License: annual

Author: Héctor Robles

Languages: es