



## Hábitos de la gente feliz

Un puñado de trucos pueden hacerte la vida mucho más fácil y feliz.

### ¿Qué aprenderás?

- Técnicas que te ayudarán a apreciar los aspectos positivos de la vida y aprovecharla al máximo.

### Contenidos del curso

1. No confundas el esfuerzo con los resultados
2. No tiene que gustarte
3. La primera hora del día
4. Resultados

---

**Delivery:** learningCloud sprint, SCORM, xAPI

**Developed:** Video Arts

**Temática:** Self management

---

**Duration:** 15 minutes

**License:** subscription

**Languages:** es, en