



## Bienestar personal para managers

Muestra tu fortaleza cuando desvelas tus vulnerabilidades, genera confianza utilizando una comunicación abierta y honesta y crea un entorno de trabajo libre de ansiedad.

### ¿Qué aprenderás?

- A evitar el contagio del estrés.
- A reforzarte a través de la comunicación honesta.
- A generar un auténtico buen ambiente de trabajo.

### Contenidos del curso

1. No contagies el virus de la ansiedad
2. Muestra tus vulnerabilidades
3. Transparencia
4. No puedes obligar a la gente a divertirse
5. Resultados

---

**Método de entrega:** learningCloud sprint, SCORM, xAPI

**Desarrollado por:** Video Arts

**Temática:** Desarrollo personal

**Duración:** 15 minutos

**Licencia:** subscription

**Idiomas:** es, en