

Nombre de la acción formativa	<i>Adaptación al Cambio: La Gestión Positiva del Proceso de Transformación Personal.</i>
Descripción de la actividad:	Curso Virtual enfocado en brindar una perspectiva integral acerca del cambio, así como herramientas para gestionar el proceso de cambio personal con una actitud positiva, uno de los mayores retos que demanda vivir en un mundo que se mueve rápido e imprevisible, en medio de entornos VUCA (Volátiles, Inciertos, Complejos y Ambiguos).
Objetivo general:	Brindar a los participantes, herramientas para afrontar el proceso de cambio con una actitud asertiva, así como una visión general del concepto, etapas y claves para una eficaz adaptación a nuevos desafíos.
Objetivos específicos:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ofrecer una visión general sobre el concepto e importancia del cambio en el entorno personal y laboral. 2. Evaluar la actitud hacia el cambio, la inteligencia emocional ante nuevos retos y el aprendizaje de nuevas habilidades 3. Reconocer las etapas del cambio y sustituir pensamientos limitantes por apertura a nuevas oportunidades y vivencias 4. Desarrollar un método personalizado para mejorar nuestra flexibilidad y adaptación ante el cambio.
Dirigido a:	Profesionales de las Ciencias Económicas, con interés en mejorar y fortalecer la habilidad para adaptarse a los cambios.
Metodología de capacitación:	Curso
Tipo de actividad de capacitación:	Virtual
Modalidad:	Aprovechamiento
Duración en horas	40 horas (4 semanas de 10 horas)
Recursos y materiales	Acceso a internet. Computadora portátil, de escritorio, tableta o celular.

Diseño curricular de la acción formativa:

Objetivos específicos	Contenido temático	Actividades a realizar	Tiempo
1. Ofrecer una visión general sobre el concepto e importancia del cambio en el entorno actual.	1.1 Conceptualización del proceso de cambio <ul style="list-style-type: none"> • Definición de cambio y etapas presentes en la adaptación • Características del cambio en el nuevo contexto personal, profesional, económico y social. • Gestión del cambio desde el ser para mejorar el hacer • Teoría de los niveles neurológicos 	<ol style="list-style-type: none"> a. Foro de presentación b. Foro de participación c. Revisión de Videos d. Revisión de material de estudio e. Tarea 1 	Semana 1 10 horas de estudio

Objetivos específicos	Contenido temático	Actividades a realizar	Tiempo
2. Evaluar las habilidades y competencias para gestionar el cambio, la inteligencia emocional ante nuevos retos y el aprendizaje de nuevas habilidades	2.1 Resistencia y Adaptación al cambio <ul style="list-style-type: none"> • Entornos VUCA • Resiliencia y resistencia al cambio • Los niveles de adaptación • Mentalidad positiva 	a. Foro de Participación b. Revisión de videos c. Revisión de material de estudio d. Tarea 2	Semana 2 10 horas de estudio
3. Reconocer las etapas del cambio y sustituir pensamientos limitantes por apertura a nuevas oportunidades y vivencias	3.1 El poder del Pensamiento en el proceso y aceleradores del cambio <ul style="list-style-type: none"> • Etapas del cambio • Enfoque de atención y energía • De la aceptación a la provocación del cambio • Aceleradores del cambio (Modelo Kotter) 	a. Revisión de contenido (videos y teoría) b. Foro de participación c. Tarea 3	Semana 3 10 horas de estudio
4. Desarrollar un método personalizado para mejorar nuestra flexibilidad y adaptación ante el cambio.	4.1 Herramientas de liderazgo personal y adaptación <ul style="list-style-type: none"> • Herramientas para gestionar el cambio • Liderazgo personal y cambio • Métodos para mejorar la flexibilidad y adaptación ante nuevas ideas de cambio. 	a. Revisión de contenido (videos, infografía y teoría) b. Foro de participación c. Tarea 4	Semana 4 10 horas de estudio

***MODALIDAD DE APROVECHAMIENTO:** Los cursos virtuales cuya modalidad sea de aprovechamiento, podrán optar por el certificado cumpliendo con un requisito un mínimo de participación del 90% del tiempo efectivo y presentar la evaluación al finalizar la capacitación, cuya nota mínima de aprobación de la prueba será de 80 puntos.

****ACTIVIDADES A REALIZAR:** Aquí se detallan los diversos medios didácticos a utilizar, por ejemplo, videos introductorios, descripción, matriz de contenidos, esquemas conceptuales, foros, wikis, lecturas, imágenes, teleclases, autoevaluaciones, pruebas, entre otros.