



Innovación que transforma vidas.

**Curso: Como mejorar nuestras relaciones personales**

# Tema 5. Mejorando las relaciones humanas



- 5.1 Conmigo mismo
- 5.2 Con la familia
- 5.3 Con los grupos de trabajo

# Conmigo mismo



- Decide cómo quieres iniciar tu día.
- Muestra congruencia entre lo que dices, lo que haces, lo que expresas y demuestras.

# Conmigo mismo

Explora, investiga y asómbtrate  
de lo cotidiano, como  
cuando eras niño



# Con la familia



***Con tu pareja busca momentos para estar solos y compartir una buena conversación y sentimientos***

# Con la familia

Enséñales a tus hijos a ser amables, a respetar a los demás, acostúmbrales a ser agradecidos y congruentes y a cumplir sus promesas



# Con los grupos de trabajo



La preparación; el respeto; la dedicación; un objetivo común; la diversidad; una buena comunicación y un excelente facilitador, determinan el éxito de un equipo.

# Con los grupos de trabajo



Un equipo eficiente  
tiene **un líder** que  
enseña, motiva,  
anima, estimula,  
explica  
expectativas,  
colabora y  
responde  
preguntas

# Créditos

- Experto de contenido: Martha Ofelia Solís Horst
- Diseñador instruccional: Alejandra Laura Govea García
- Diseñador gráfico: Julio César Moreno Salazar
- Programadora: Nancy Zavala Morales
- Administradora del proyecto: Adriana M. González González

**Dirección de innovación y educación continua**  
**Campus en línea**  
**Vicerrectoría de Formación ejecutiva**  
**Universidad Tecmilenio**

***La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACION SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.***

***El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.***

***Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.***