



Gracias a



OpenWebinars certifica que

**Francisco Javier Kossakowski Gutiérrez**

Ha realizado con éxito

**Automotivación y Resiliencia  
positiva**

Duración

**1 hora**

Fecha de expedición

**26 mayo 2025**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Manuel Agudo', positioned over a large, faint watermark of the OpenWebinars logo.

CEO de OpenWebinars

**Manuel Agudo**

## Contenido

# Automotivación y Resiliencia positiva

- ¿Qué es la motivación y por qué es importante?
- Tips para la automotivación.
- Resiliencia y adaptación al cambio.
- Decálogo.