



Taller de Autoconocimiento

- ✓ Este taller está diseñado para desarrollar una de las habilidades sociales más importantes que tiene el hombre: el auto-conocimiento.
- ✓ A través de la escritura creativa buscaremos respuestas ahí donde siempre hubo dudas, espacios confusos, será un camino de introspección que el alumno semanalmente recorrerá, acompañado de teoría y ejercicios práctico, podrá paso a paso adentrarse en la geografía de su propia humanidad.
- ✓ El taller está compuesto de 10 lecciones, que se entregan en forma semanal o quincenal, su periodicidad también depende de la entrega de las tareas.
- ✓ Las tareas serán observadas y devueltas con retroalimentación por parte del tutor-coach que le sea asignado al alumno. Esa retroalimentación serán preguntas disparadoras de nuevas reflexiones.
- ✓ Las tareas no tienen un carácter académico, sino 100% terapéutico; servirán para poner al alumno en contacto con su esencia.

Algunos de los temas que se ven en el taller son:

Autoestima: cómo reforzarla	Estados de Ánimo Básicos
Creencias Limitantes	Acción y Resultado
Hechos vs Juicios	Relaciones
Quiénes somos en relación a los demás	Sentimientos de Culpa
Enemigos de la Autoestima	Conflictos Internos
Visualización	La Gratitude

Estructura del taller:

§ El taller tiene 10 lecciones. Cada participante recibe en forma semanal o quincenal la lección correspondiente, según la opción elegida y las tareas entregadas.

§ Se comunica con el tutor-coach vía mail según su necesidad.

Precio del taller

- México (\$700 m.n.)
- Extranjero (U\$60)

Formas de Pago

Depósito en Cta. Nro. 4041590910 de HSBC a nombre de DESARROLLO HUMANO CREAR-T S.C.

Clabe 021180040415909105

O a través de Western Union.

** Si deseas hacer tu pago a través de PayPal por favor contáctanos*

