

Protagonista de mi vida

Módulo I



Entrena tus Habilidades Emocionales



- ¿Surfeas tus tsunamis emocionales?
- ¿Qué puedes hacer para que las emociones jueguen a tu favor?
- ¿Detectas tus creencias limitantes?
- Esto...y mucho más!!!

Protagonista de mi vida



- No te pierdas la experiencia que ya han tenido más de 400 personas, en las 5 ediciones anteriores.
- Empieza a formar parte de la comunidad de surfistas emocionales
- Si te gusta tener relaciones de abundancia win/win, este curso está diseñado para tí
- Recuerda: si tú no llevas las riendas de tu vida, alguien las llevará por tí!. Tú eliges!



El curso completo
(Módulos I y II)
comprende:

- ✓ 27 horas de clase
- ✓ 108 vídeos
- ✓ 45 ejercicios prácticos
- ✓ 59 lecturas complementarias
- ✓ 28 libros referenciados



**Fechas: 17 octubre- 12
diciembre**

18:00-19:30 h

Europa Central

100 % on-line

- ✓ Ponente: Begoña Lorenzo
- ✓ Coach personal y de equipos.
Integrando Excelencia
- ✓ Certificada DISC. TTI Success
Insights España
- ✓ Experta en Inteligencia
Emocional. UNIR
- ✓ [linkedin.com/in/begoña-lorenzo-29b27741](https://www.linkedin.com/in/begoña-lorenzo-29b27741)

Más información y Matrícula en:
www.gestionandomivida.com

Curso "Protagonista de mi vida.
Módulo I"

Fecha tope de matrícula:
6 de octubre



17 octubre

Neurociencia: Fundamentos. Origen y beneficios de la Inteligencia Emocional.

24 octubre

Autoconocimiento I: Autoconcepto: su influencia en el día a día. Pirámide de Dilts. Patio de butacas. Rueda de la vida

31 octubre

Autoconocimiento II: Lenguaje DISC.

7 noviembre

Autoconocimiento III: Emociones, sentimientos. El poder de los pensamientos

14 noviembre

Autoconocimiento IV: Patrones de respuesta emocional: víctima, culpa y resentimiento

21 noviembre

Autoestima I: Comprensión de la autoestima. El árbol de los logros. Cómo generar entornos positivos

28 noviembre

Autoestima II: Formación de creencias limitantes. Desactivar creencias limitantes

5 diciembre

Autoestima III: Test de Kahler. Desactivando a Kahler. Dinámica "Date permiso"

12 diciembre

Autoestima IV: Distorsiones cognitivas. Crítico interior vs guía interior. Los valores.



Protagonista de mi vida. Módulo I

Precio del curso: 299 € IVA incl.

Curso bonificable por Fundae.

Acceso a:

- Zoom de todas las sesiones a través del Aula virtual
- Nube con las sesiones grabadas
- Material de todas las presentaciones
- Bibliografía específica de cada tema
- Soporte por email para resolución de dudas rápidas
- Una sesión de coaching opcional

Al acabar el curso puedes acceder a un proceso de coaching a concretar.

Más información y matrículas:

www.gestionandomivida.com

“Protagonista de mi vida. Módulo I”

Aforo limitado. Las plazas se irán ocupando por orden de inscripción



Y ahora: Oferta lanzamiento!

Protagonista de mi vida.

**Precio del curso: 299 € IVA
incl. cada Módulo**

**Matrícúlate de los 2
módulos a la vez y paga
~~598 €~~ 498 €.**

**No desaproveches esta
oportunidad!**