

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 420 personas, en las 6 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 ti!. 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



Atención: Abrimos dos grupos!

Viernes: 18:00-19:30 h

Sábados: 10:30-12:00 h

Las horas corresponden a
Europa central

Fechas:

**Grupo Viernes: 10 octubre- 5
diciembre**

**Grupo Sábados: 11 octubre-13
diciembre**

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)

Temario Módulo I: conócete, quíérete



10 y 11 octubre (viernes y sábado)

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

17 y 18 octubre

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

24 y 25 octubre

Autoconocimiento II: Lenguaje DISC.

31 octubre y 8 noviembre

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

7 y 15 noviembre

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

14 y 22 noviembre

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

21 y 29 noviembre

Autoestima II: Formación de creencias limitantes. Desactivar creencias limitantes

28 noviembre y 6 diciembre

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

5 y 13 diciembre

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



Protagonista de mi vida. Módulo I

Precio del curso: 399 € 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!
Hasta un 25 %!!!**

**Precio del curso: 399 € IVA
incl. cada Módulo**

**Matrícúlate de los 2
módulos a la vez y paga
~~798 €~~ 698 €!**

**Y aún hay más!!!!
Si haces un Pronto pago
hasta el 31 de agosto:
600 € los dos Módulos!!!!**

Te lo vas a perder????



Más información y Matrícula en:
www.gestionandomivida.com
Curso "Protagonista de mi vida.
Módulo I"

Fecha tope de matrícula:
5 de octubre