

PROPUESTA FORMATIVA					
MÓDULO	VALORACIÓN PERSONAL				
LUGAR	A convenir		HORARIO	A convenir	
PONENTE	Jesús Ortega Coach Emocional				
Nº MÓDULOS		HORAS/MÓDULO	2 Horas	Nº HORAS	2 Horas
OBJETIVO MÓDULO					
<p>Reconocer cómo desde el nacimiento y el desarrollo como bebé y a través del apego nuestra personalidad y la valoración de nuestro YO será más o menos desarrollado.</p> <p>Una vez siendo consciente de ello, cómo gestionar nuestro autoconcepto para poder desarrollar conscientemente nuestro YO y empoderarnos.</p> <p>Autovalorarnos para que nos valoren los demás.</p> <p>Conocer el mecanismo del Pensamiento racional y cómo poder cambiar el pensamiento para tener actitudes empoderantes y dejar atrás actitudes víctima que te restan energía.</p>					
COMPETENCIAS QUE SE TRABAJAN					
<p>Responsabilidad, autoestima, habilidades sociales, manejo del estrés, escucha activa, proactividad, compromiso, éxito. Motivación y cambio consciente de actitud.</p>					

PSINOSIS MOD	VALORACIÓN PERSONAL				
<p>Este Módulo parte de la consciencia de la propia biología, incluso antes de nacer y tras los 9 meses de gestación hasta el nacimiento de cada individuo. Durante el módulo haremos un recorrido desde ese primer momento hasta el momento actual de cada uno de los asistentes, sea cual sea su edad actual. En este recorrido el/la participante podrá ir descubriendo como el desarrollo de su propio YO puede estar condicionando su relación consigo mism@ y como consecuencia la relación con las personas que forman su vida familiar, sus amistades e incluso sus relaciones en el ámbito laboral/profesional.</p> <p>El módulo está estructurado de manera que siendo vivencial y participativo, a través de diferentes dinámicas y test iremos tratando varios temas en el siguiente orden.</p> <p>Apego, Desarrollo Emocional, PNL, Inteligencia Emocional, Autoestima, Asertividad, Habilidades sociales, Acuerdos, Necesidades afectivas, Dignidad y autoempatía, Negociación en relaciones, Mediación.</p>					