



Taller para Sanar tu Autoestima Ámate con los Ojos Abiertos

¡Atrévete a cruzar el camino del amor propio!



TALLER

Ámate con los Ojos Abiertos

Esta experiencia te pondrá en ese primer lugar de importancia que siempre le concedes a los que más amas.

Aprende a mirarte, reconocerte, comprenderte y aceptarte de forma amorosa; ¡porque el AMOR NACE CONTIGO!

OBJETIVO:

Los participantes reconocen la AUTOESTIMA como el elemento principal para tener relaciones interpersonales sanas y satisfactorias.

BENEFICIOS:

- Aprender a decir NO cuando quieres decir NO
- Abrirte a nuevas formas de orientar tus metas y tu vida - Equilibrar y sanar tus relaciones interpersonales
- Aprenderás el arte del Autocuidado
- Manejarás satisfactoriamente sentimientos de culpa, resentimientos y enojo del pasado

TEMARIO:

1. Cómo se genera, se construye y se vive la Autoestima
2. Autoestima en la actualidad
3. Los 6 Pilares de la Autoestima
4. Autoestima eje de mis relaciones interpersonales (dependencias, codependencias, adicciones y más)
5. La Magia del Amor Propio
6. La Autoestima siempre arriba