

ENTRENAMIENTO PRESENCIAL INTENSIVO

VIDA EN EQUILIBRIO

TRANSFORMA tu vida con las
poderosas herramientas de
COACHING y PNL

**SABADO 02 Y 09 DE
MARZO DE 2024**

2:00 A 6:00 PM

INFO: 315 581 2915

APORTE \$300.000



TRASCENDER

Programa Intensivo "VIDA EN EQUILIBRIO"

Objetivo general

Promover el desarrollo de una identidad personal enriquecida que te permita transformar positivamente tu vida a partir del equilibrio, la conciencia y la toma de decisiones coherentes con los propósitos mayores que deseas alcanzar en tu vida.

Lección 1: Movimiento y Equilibrio

Activa la consciencia corporal como motor de cambio y transformación en tu vida.

Temas:

- ⇒ La paradoja existencial
- ⇒ El mapa no es el territorio
- ⇒ Disposiciones al movimiento
- ⇒ Los pilares de una vida en equilibrio.

Lección 2: Relaciones interpersonales

En esta lección aprenderás los patrones para construir relaciones saludables y suprimir las relaciones tóxicas en tu vida para generar una nueva fuente de bienestar y felicidad.

Temas:

- ⇒ Nuestro diálogo interno
- ⇒ Relaciones tóxicas vs. Relaciones saludables
- ⇒ Posiciones del ser para observar la vida
- ⇒ Cambiar el rol de víctima por el de ser responsable

Lección 3: Conciencia, nutrición y salud

Incrementa la conciencia de tu cuerpo para vivir una vida plena, maximizando tu fuente de energía interna, construyendo un cuerpo joven y saludable.

Temas:

- ⇒ El poder de una salud estable y duradera
- ⇒ Nutrición y energía para la acción
- ⇒ Respiración, descanso y meditación
- ⇒ Actividad física y sexualidad

Lección 4: Amar, servir y compartir

Aprende a reconocer tu vida profesional como vehículo de transformación y trascendencia a través del servicio que brindas a otras personas.

Temas:

- ⇒ Decídete a ser extraordinario
- ⇒ El trabajo y tu profesión como transacción
- ⇒ El servicio como medio de trascendencia
- ⇒ Aprende a vivir tu propósito de vida

Lección 5: Vibración y Trascendencia

Es posible construir una nueva visión de tu vida, poderosa y enriquecida, descubriendo tus potencialidades no exploradas, conectándote con tu energía vital y otras fuentes no exploradas aún.

Temas:

- ⇒ Principio de correspondencia
- ⇒ Descubre tu vibración energética
- ⇒ Aprende a confiar y a soltar el control
- ⇒ Moviliza tu energía vital

Lección 6: Consciencia de la riqueza

En esta lección podrás tomar consciencia de tus creencias arraigadas respecto de la riqueza, el dinero y el merecimiento, dándole sentido a tus resultados financieros actuales abriendo nuevas posibilidades de acción en este ámbito.

Temas:

- ⇒ Pensar en resultados no en problemas
- ⇒ Valores del ser, del hacer y del tener
- ⇒ El dinero como representación de riqueza
- ⇒ Sumar o multiplicar, el juego de la prosperidad

Lección 7: Aprendizaje y emprendimiento

En esta lección podrás identificar las zonas de confort en las que habitas y atreverte a explorar tu potencial de crecimiento para promover cambios orientados hacia la excelencia personal.

Temas:

- ⇒ Automatismo y zona de confort
- ⇒ Estiramiento y aprendizaje
- ⇒ Distinción de transparencia y quiebre
- ⇒ Consciencia, decisión y acción

Lección 8: Crea, recrea y disfruta tu vida al máximo

Fortalece tu mundo emocional interno manteniendo una sana autoestima que te permita disfrutar plenamente cada día de tu existencia.

Temas:

- ⇒ Reconéctate con tu niño interior
- ⇒ La órbita de la Alegría
- ⇒ La órbita de la Felicidad
- ⇒ Incrementa tu resiliencia

Metodología:

Lecciones semanales de forma presencial con cupo limitado, en las cuales se realizan talleres prácticos y se entrega una guía de acción para realizar en el transcurso de la semana, de esta manera se empiezan a implementar los cambios inmediatamente se termina cada lección.

El tamaño del grupo y las condiciones del lugar permiten el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad para realizar el aprendizaje de forma segura.

Entrenadores:

Dr. José Eduardo Hernández. Psicólogo Clínico y Organizacional – Especialista en Administración; Master y Coach certificado en PNL Avanzada (Fundación Empoder — Richard Bandler y The Society of NLP); Diplomado en Habilidades Gerenciales; Diplomado en Marketing; Diplomado en Gerencia y Desarrollo Sostenible para PYME's. (Universidad Icesi – Banco Interamericano de Desarrollo BID); Formación Gerencial: The Bullet Proof Manager (Cretscm – USA); Gestión por competencias (UCUF – España); Gerencia de Proyectos (Universidad Autónoma de Occidente); Gerencia del Conocimiento (Universidad EAFIT); Certificado como Evaluador de competencias laborales (SENA).

Dra. Mónica Ramírez. Psicóloga con énfasis organizacional y clínica, Magíster en Neuropsicología Clínica Internacional. Coach certificada a nivel internacional - Master y Trainer en Programación Neurolingüística - Estudiante directa de John Grinder y Richard Bandler (Co-creadores de la PNL). Certificación en PNL Médica y Psiconeuroinmunoterapia. Certificación sobre Habilidades de Inteligencia Directiva con PNL y Otras Ciencias. Psicoterapeuta con énfasis en la atención clínica de pacientes crónicos de difícil evolución - Maestra Reiki. Sanadora Pránica.