



DesarrollArte a través del Coaching y Arteterapia

“La conquista de sí mismo es la mayor de las victorias” (Platón)

Dedicar espacios para mirar hacia dentro, promover el autoconocimiento, superarse constantemente, marcarse retos son claves fundamentales para la realización personal. En cualquier momento de nuestra vida es necesario dejar de mirar hacia fuera y centrarnos en nosotros mismos para poder así hacernos protagonistas de nuestra vida. Adquirir nuevos conocimientos, habilidades, desplegar el potencial emocional, aprender herramientas útiles para el día a día es lo que te llevaras puesto si inviertes en tu crecimiento personal. Avanzar por el camino del desarrollo personal es un proceso que requiere cierto tiempo y que hagas determinados esfuerzos para ver los resultados que no son más que la plenitud, el disfrute, la alegría, la felicidad...

Objetivos:

- Eliminar obstáculos que impiden tu crecimiento.
- Potenciar la autoconciencia y la responsabilidad.
- Proporcionar un espacio donde expresarte.
- Desarrollar estrategias de mejora personal.
- Promover el establecimiento de Metas.
- Realizar Planes de Acción.
- Desarrollar la capacidad para acercar los sueños a la realidad.



Destinado a: Personas interesadas en su crecimiento personal, que quieran conocerse, deseen marcarse retos de superación y aspiren a llevar una vida más plena.

Información adicional:

Duración:

Desde hora y media; el fin lo decides tú.

Modalidades:

Presencial y online.

