

WORKSHOP EL MAPA DEL ESTRÉS

DOSIER INFORMATIVO

Identifica los síntomas. Construye tu Mapa del Estrés. Aprende a gestionarlo.

INSCRIPCIONES ABIERTAS



carlos@facilitotucambio.es



Entender la densidad de estrés presente en tu vida

Dispondrás de tu propio “mapa de ruta” al estrés y trazar tu plan para gestionarlo. Sabrás por dónde empezar a gestionarlo con tu propio plan de acción guiado por nosotros.

El Workshop está dirigido a:



Crecimiento personal



Coaching



Organizaciones

Esto es todo lo que te llevarás una vez finalizada la formación

- Descubrirás los orígenes de la investigación de la mano de Simon L. Dolan.
 - Conocerás los 4 Factores que inciden en el estrés y de dónde proceden.
 - Comprenderás cómo incide el estrés y los beneficios de aprender a gestionarlo.
 - Obtendrás tu propio Mapa de Estrés.
 - Sabrás por dónde empezar a gestionarlo con tu propio plan de acción guiado por nosotros.
 - Descubrirás los siguientes pasos a dar si quieres convertirte en un especialista en la herramienta.
-



Manual de trabajo



Juego El Mapa del Estrés



Libreta y bolígrafo

Identifica los síntomas.
Construye tu Mapa del Estrés.
Aprende a gestionarlo.



¿Quieres tramitar tu inscripción
o necesitas más información?



Carlos Sánchez

Facilitador de procesos de cambio

carlos@facilitotucambio.es / +34 675804555

Hola, me llamo Carlos Sánchez y mi profesión desde hace ya 30 años está implicada en las terapias naturales, donde tengo mi especialización en el campo de las técnicas manuales y osteopatía.



Pero desde hace ya unos años, desde el año 2013, empecé a cuestionarme una serie de preguntas internas cuando observaba que una parte de clientes después de recibir sus sesiones de trabajo donde obtenían grandes mejoras en su bienestar, volvían a recaer en sus mismas dolencias.

- ¿Cuál era el motivo de esa recaída?
- ¿Podría tener una relación el estrés y la emoción en esto?
- ¿La congruencia y toma de conciencia en la salud estaba presente?

Bueno, podría estar horas describiendo preguntas que me realizaba a diario que me despertaban un gran interés en saber más cómo funcionamos mentalmente, emocionalmente y energéticamente, es decir como lo que es nuestro ser, un todo unificado.

A nivel profesional he tenido la oportunidad de ser uno de los pioneros en la especialización del estrés crónico, directamente con el Dr. Simon Dolan en el Centro Internacional de Desarrollo en Valores Zinquo. Obteniendo el certificado como instructor autorizado de la herramienta “El Mapa del Estrés”

Coach con PNL y Flores de Bach

Empecé formándome como terapeuta floral del Dr. Bach con el Dr. Ricardo Orozco, una de las eminencias de mayor reconocimiento en varios países como docente y autor de diversos libros difundiendo la terapia floral del Dr. Bach.

Permíteme dejar por escrito mi agradecimiento al Dr. Ricardo Orozco, maestro y ahora un buen amigo mío, ya que ha sido un gran mentor para mí en toda esta nueva toma de conciencia, pues después de terminar mis estudios con él, todo ha sido un salto cuántico en todas las áreas de mi vida.

Una de las cosas más importantes en las cuales el Dr. Orozco insistía mucho era en la entrevista, es decir en escuchar a la persona que se confiaba en nosotros, pero escuchar no es oír lo que te dicen, si no, en estar presente, en la empatía para poder acompañar a alguien desde un estado actual a un estado deseado.

Tras investigar en métodos de entrevista conocí la PNL (programación neurolingüística) donde me certifique internacionalmente cómo Coach Máster con PNL y en CoachingxValores. Esto me ha dado y me da constantemente el sentido y proyecto en la fusión de los tres métodos.

Así, acompaño a las personas para que puedan conseguir todo aquello que se propongan y que quieran conseguir; y gracias a las mejores técnicas de PNL y de CoachingxValores combinadas con las esencias Florales del Dr. Bach, alcancen el éxito en sus objetivos.



www.facilitotucambio.es

WORKSHOP EL MAPA DEL ESTRÉS

Identifica los síntomas. Construye tu Mapa del Estrés. Aprende a gestionarlo.