

Talleres

Son de acceso sin prerequisites, aunque es muy recomendable haber realizado el módulo Habilidades para el Cambio.

La duración de los talleres es de 5 a 10 horas.

1. Qué fácil es aprender sin estrés.

Análisis de los bloqueos en el aprendizaje y ejercicios para facilitar su liberación y el estado óptimo en el mismo de una forma muy clara y divertida para los padres y profesores pueden apoyar a los estudiantes. Aprenderemos sencillos ejercicios que coordinan nuestro organismo y aumentan el rendimiento personal. Permitiendo al hacerlo fácil, disfrutar en el aprendizaje.

2. Transformar tu vida.

Para alcanzar tus objetivos, lo único que necesitas es tener claridad en lo que quieres conseguir y descubrir todas tus posibilidades. Puedes observar que a menudo quien lo impide, eres tú mismo. Se hará un replanteo de nuestros recursos para obtener los objetivos que deseamos y reflexionaremos sobre cómo y que hemos utilizado hasta el momento para lograr lo que realmente queremos.

Cuál es mi imagen, mi diálogo interno y mi actuación. Conceptos y herramientas para hacer de nuestra vida aquello que deseamos. Repasar lo que hemos logrado en nuestra vida, aun cuando lo que hayamos conseguido no nos guste, nos brinda una nueva perspectiva de nuestros verdaderos recursos, de forma que podamos utilizarlos para construir la vida que deseamos.

3. Emociones en el cuerpo.

E-moción en movimiento; aquello que nos mueve. Se aprende lo que explica el cuerpo de dónde procede el estrés emocional en el presente y donde se guarda su memoria.

Localización corporal de las emociones y formas de vivir cada experiencia corporal. Este conocimiento aporta claridad y comprensión de las memorias corporales y cómo liberar este bloqueo para aliviar tensión, molestias, dolor, limitaciones, etc...

4. El lenguaje de la cara.

Nuestra fisonomía, nuestras facciones nos ayudan a conocernos, a entender nuestra funcionalidad y a interactuar con los demás con comprensión. Introducirnos el fácil arte de interpretar los rasgos faciales y a ampliar nuestro rendimiento y la relación con todos implicados en nuestro desarrollo personal y profesional. Esas claras y divertidas explicaciones harán que nunca más miremos el rostro de los demás como lo hemos hecho hasta ahora.

5. Aumentar los recursos y la abundancia.

Cada persona tiene sus propios recursos, adquirirlos en su herencia genética y a lo largo de su experiencia a través de su propia evolución. Nuestras quejas por la falta de abundancia son infundadas ya que tenemos la abundancia de lo que hemos creado. En realidad quizás no recordamos cuando ni como elegimos que clase de abundancia queríamos para nosotros pero lo hicimos y ahora hemos de enfrentarnos a sus consecuencias.

Está en nuestras manos cambiar eso y vamos a hacerlo en este trabajo. Atraemos a nuestra vida aquello que somos capaces de imaginar para nosotros. No iremos más allá que lo nos permitamos crear en nuestra imaginación.

6. Roles de género, sexo y amistad.

Los roles se han adjudicado a cada sexo condicionan nuestras relaciones y comportamiento.

La sexualidad se muestra en nuestras estructuras y en su función y sus diferencias entre varón y la hembra se explica la "guerra entre sexos" en una forma de comportarse totalmente distinta. Cómo hemos malentendido todo el asunto del sexo y los roles sexuales que esperan de nosotros y cuanta energía desperdiciamos en luchas entre sexos y defendiendo terrenos absurdos que solo nos separan.

Veremos cómo tratar con los roles sexuales malinterpretaciones que nos impiden entendernos entre ambos sexos.

7. Adquirir actitudes productivas.

Cuando actuamos sin pensar, sin reflexionar sino que sale impulsivamente eso es una conducta compulsiva que a menudo lamentamos tener. Bloqueamos nuestro derecho a escribir, cantar, bailar...correctamente. Recuperamos nuestra capacidad de transmitir de todas las formas posibles nuestros conocimientos, emociones, etc...

No podemos tener más de lo que queremos tener hasta que nos crezcamos dentro de la unidad familiar. Todos tenemos necesidades que no siempre tenemos en cuenta. A menudo estamos más pendientes de las necesidades de los demás que de las nuestras, y no tomamos la responsabilidad de cubrir nuestros propios vacíos.

8. Descubrir la felicidad en lo sencillo.

Tomar conciencia que la felicidad no se alcanza por lo que se consigue fuera, si no que es una actitud interna, es una elección de vida. Es un camino de autoconocimiento, que se manifiesta cuando alguien reflexiona llevado por su inquietud y deseo de superación, para conocer cómo puede mejorar su bienestar significativamente. Acumular, poseer, no aumenta nuestra riqueza. La paz y la armonía se encuentran en los pequeños detalles cotidianos con los que lidiamos todos los días.

9. Perdón

Una excelente alternativa para activar el ciclo de sanación. Todo aquello por lo que hemos sufrido ha sido bajo nuestro consentimiento y eso lo sabemos aunque sea subconscientemente y hasta que no nos perdonemos viviremos condicionados por ello. Es aceptar a cada uno tal y como es, poniéndonos en primer lugar pues somos la persona a la que más tenemos que perdonar.

10. Autoimagen y reducción de peso.

¿Cuál es nuestra imagen del cuerpo ideal? ¿Cómo nos vemos en el espejo? ¿Qué esperamos para sentirnos bien con nuestro cuerpo? Profundizaremos en nuestra imagen del cuerpo ideal y porque saboteamos el bienestar con nuestro cuerpo y lograr la imagen deseada ¿Qué vacíos estamos llenando? ¿Qué necesidades no cubrimos? Para conseguir la imagen y el peso que quieres, primero tienes que aceptar los sentimientos y las expectativas por los cuales te niegas eso a ti mismo.

11. Abuso

Abusar es obligar a hacer lo que no se quiere hacer. Hemos de reconocer y comprender como abusamos de nosotros y de los demás y como permitimos que los demás abusen de nosotros. Este es el primer paso para dejar de hacerlo.

12 .Falta de valoración, celos y envidia.

Una comprensión, una nueva visión y una forma diferentes de vivir. ¿De dónde vienen los celos y la envidia? ¿Es cierto que siempre se desea aquello que no tenemos? Vamos a ver cómo podemos escoger ser libres de envidias, de la necesidad de compararse con los demás, en todos los aspectos y esta comparación siempre la hacemos a la baja. Deseamos lo que no tenemos porque infravaloramos lo que tenemos.

13. Enfócate, no más excusas.

¿En qué estás enfocado en tu vida? ¿En tus propios intereses o en los de los que te educaron? ¿Cuáles serán tus elecciones en el futuro? Mientras culpas a los demás no miras hacia ti. Luchar contra lo que no quieres consume la misma energía que luchar por lo que realmente quieres. Reflexionaremos si las metas que nos marcamos son coherentes con los deseos profundos de nuestro corazón, nuestro propósito de vida.

14. Percepciones extrasensoriales.

De forma innata tenemos percepciones extrasensoriales que negamos o bloqueamos en nuestra experiencia de vida para ser aceptados y no entrar en conflicto con nuestra sociedad .Intuición, telepatía y videncia dependen de los sentidos para poder registrar su percepción .Recuperar, reconocer y aceptar estas percepciones extrasensoriales es el objetivo de este taller.

15 .Crear tus sueños

Para alcanzar cualquier objetivo antes tenemos que ser capaces de definirlo, imaginarlo con todo tipo de detalles y vernos en esta nueva realidad. Descubrir nuestra capacidad de lograrlo será la meta a alcanzar. Traer al mundo material lo que nos permitimos soñar. Nuestros sueños son como luz que nos guía en la oscuridad.

16. Rasgos de fisonomía y esencias de Bach.

Relación de la energía vibracional de las esencias de Bach con los comportamientos heredados genéticamente. Observamos como la forma de ser por naturaleza de cada puede permitir cambios significativos de comportamiento si ponemos atención y le damos el apoyo de la vibración de las flores que cultivan en nosotros las virtudes necesarias para eliminar los defectos que afloran en situaciones de estrés.