

**Fortalecer la
Autoestima a través
de los Valores**

**Puedes llegar a
ser tu propio
terapeuta.**

**Nadie mejor que
tú, sabe cómo
eres.**

**Aprende a
conocerte.**

CONTACTO

Carol González

Docente en educación emocional



666752158

carolgonzalezformacion@gmail.com

@carolgonzalezformacion

www.carolinagonzalez.es



ENTRENAMIENTO EMOCIONAL



Carol Gonzalez

Acompañamiento en el cambio

PARA QUIÉN ES ESTA FORMACIÓN

Para personas que desean mejorar su calidad de vida emocional

Para ti que no sabes qué te pasa, pero te supera la tristeza

No te gustas como persona y quieres enamorarte de ti.

Quieres mejorar tu autoestima y fortalecerla.

La soledad te supera y quieres aprender a vivir contigo.

Quieres fortalecer tus valores.

Necesitas encontrar sentido a tu vida

Para las personas que están en el despertar y no están cómodas con lo que son.



VALORES

Los Valores y todo lo que conlleva entender, integrar, afianzar y fortalecerlos.

EMOCIONES

Las emociones. Qué me quieren decir. Saber identificarlas.

AUTOESTIMA

La Autoestima. Todos los "auto" que la componen para definirla a través de los valores.

COMUNICACIÓN

Con uno mismo y con los demás

EL CAMINO ALTERNATIVO

Para que tú mismo seas el creador de tu sentido de vida, de tus decisiones, de tus emociones y felicidad.



03

02

01

Aprender a mejorar es el arte de mejorar en sí mismo.

Aprender a ser el mejor alumno de la vida te hará ser, "algún día", tu mejor profesor.

Querer alcanzar una vida con sentido, es la manera de reconocer lo que no sé y sí quieres saber.

A través de los valores es posible lograrlo.

Y si lo quieres conseguir, esta formación es para ti.

Necesitas: Compromiso
Perseverancia
Confianza
Actitud

