

Organiza:

Centro de Terapia y Psicología (CTP)
www.centrodeterapiapsicologia.es
Facebook: <https://goo.gl/cvY7jE>

Lugar de celebración:

Centro de Terapia y Psicología
C/ García Luna, 25 – semisótano A, 28002 Madrid
(Zona Prosperidad / Cruz del Rayo)

Información e inscripciones:

ctpinforma@centrodeterapiapsicologia.es
Teléfono: 91 416 52 70

Precio y forma de pago:

Importe total: 300 euros.

Condiciones de pago:

- ◆ 50 euros de inscripción y 50 euros en los 5 primeros módulos (no acudir a algún módulo no exime el pago total del entrenamiento).

Promociones:

- ◆ Inscripciones anteriores al 15 diciembre tendrán una bonificación de 20 euros (a descontar en el último pago).
- ◆ Si haces el pago completo, se bonificarán 40 euros del pago total.
- ◆ Por cada 3 inscripciones conjuntas, cada una de ellas tendrá una bonificación de 10 euros en la inscripción.

Horario:

Sábado de 10 a 14 horas y de 16 a 20 horas.

(Nº Total de horas: 48 horas)

Fechas:

28 enero 2017 - 11 febrero 2017 - 18 marzo 2017 -
1 abril 2017 - 27 mayo 2017 - 24 junio 2017



Si tú no te quieres...

Entrenamiento vivencial

Comienzo: Enero 2017



Centro de Terapia y Psicología

Tfno y Fax: 00 34 91 416 52 70

ctpinforma@centrodeterapiapsicologia.es
www.centrodeterapiapsicologia.es

Si tú no te quieres...

Os proponemos un entrenamiento vivencial compuesto de 6 módulos que os irán aportando un mayor conocimiento de vuestros recursos personales y capacidades para tener una vida más satisfactoria.

Módulos y fechas:

“Empezando a conocerme”. 28 enero 2017

Impartido por: **Nerea Egido. Psicóloga y Terapeuta Gestalt.**

Resumen: Lo que captamos a través de nuestros sentidos, nuestras sensaciones, nos guían para poder ir descubriendo lo que queremos y lo que no queremos y así, poder tener un mayor conocimiento de nosotros mismos y relacionarnos mejor con los demás.

“Dándole voz al cuerpo”. 11 febrero 2017

Impartido por: **Ana Castaño. Terapeuta Gestalt.**

Resumen: El cuerpo contiene toda la historia de nuestra vida. La respiración, la postura, la forma de andar, de mirar, de mover las manos, nos proporciona información acerca de qué nos ocurre y cómo vivimos las situaciones.

“Las emociones como guía”. 18 marzo 2017

Impartido por: **Belén Espinosa. Psicoterapeuta Gestalt.**

Resumen: Saber lo que sentimos en cada situación y permitiéndonos expresarlo de una manera satisfactoria para nosotros nos ayuda a estar más presentes en cada momento y tenernos en cuenta para avanzar hacia nuestro desarrollo.



“Escuchar para encontrarnos”.

1 abril 2017

Impartido por: **Elena del Castillo. Terapeuta Gestalt.**

Resumen: En el proceso de la comunicación es muy importante la escucha. Ejercitar la escucha activa nos puede ayudar a mejorar nuestra forma de relacionarnos, puede facilitar nuestros encuentros con otras personas, y, la calidad de los mismos.

“Amar (me) y vivir”. 27 mayo 2017

Impartido por: **Vanessa Mier. Terapeuta Gestalt.**

Resumen: Aprender a fortalecer y cuidar nuestra autoestima utilizando nuestros recursos y así tomar el control de nuestras vidas; entender la importancia del auto-respeto y auto-eficacia para llevar las riendas de nuestras vidas y no sólo ser unos espectadores de los eventos que nos ocurren. Un amor propio sano nos dará la pauta para sentirnos competentes y dignos de la felicidad, ser asertivos y encontrarnos mejor con nosotros mismos y con nuestro entorno. Vivir de verdad.

“Viviendo entre luces y sombras”. 24 junio 2017

Impartido por: **Carmen Vázquez Bandín. Psicóloga Clínica. Psicoterapeuta Gestalt.**

Resumen: Descubrir quiénes y cómo somos es hacer un recorrido por cómo hemos llegado a ser quienes somos en el aquí-y-ahora de nuestras vidas y elegir qué aspectos o detalles de nuestra forma de ser nos hacen sentirnos orgullosos, cuáles podríamos mejorar y/o cambiar, así como aceptar aquellas características que no pueden modificarse. Pero todo esto debe de hacerse con una mirada positiva y encontrando el apoyo tanto personal como del entorno para que esta labor sea fructífera.

