

SÁBADOS EN LA JUVE

AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES

A lo largo de 10 lecciones(aprós.) vamos a aprender a reforzar la autoestima y las habilidades sociales que nos ayudan día a día a relacionarnos con los demás. Y veremos con ejercicios prácticos cómo a veces el pensamiento influye negativamente en nuestra vida y cómo podemos modificarlo. El curso te enseñará nuevas formas de relacionarte contigo misma-o. Descubrirás la importancia de conocerte interiormente, para aprender a respetarte y valorarte y lograr que los otros también lo hagan. Cambiarás el concepto negativo que tienes de ti por otro que te ayude a lograr una vida más plena y feliz. Aprenderás que el sentido del humor es buen compañero de una sana autoestima.

AUTOAYUDA

Cada persona puede ayudarse a sí mismo-a, tenemos el medio, solo es necesario aprender a ponerlo en práctica. Aquí te mostramos cómo.

AMAR SIN ATADURAS

El "enamoramiento pegajoso" esclavizante, se ha presentado de por siempre. Yo quiero contribuir con alguna idea más, tal vez no sea la "gran verdad", pero son hallazgos que he encontrado a lo largo de muchos años de caminar por la vida y de charlar con vosotros y escuchar vuestras experiencias e inquietudes.

SÁBADO 14-11-15

A LAS 4 DE LA TARDE ALUMNOS 6º.

A LAS 6 DE LA TARDE. ALUMNOS E.S.O.

