

CÁPSULA DE LAS CRISIS

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTE TALLER?

En este taller puede participar **cualquier persona**. No hace falta tener experiencia previa de ningún tipo. Este taller es para el consumo y disfrute de todos.

- ✓ Si eres un **recién llegado**, cada Cápsula puede descubrirte un mundo y, de manera progresiva, va a ayudarte a avanzar por él.
- ✓ Si eres un **aficionado** en esto de la psicología, cada Cápsula te dará herramientas específicas para profundizar e integrar conceptos básicos para que puedas ir más allá en tu práctica y gestión personal en ese campo que hayas escogido.
- ✓ Si eres un **experto** y buscas profundizar, la Cápsula te plantea puntos de partida para poder abordar tu Análisis Personal de la manera más completa posible.
- ✓ Si eres un **profesional de la Salud o la Educación**, la Cápsula te va a brindar herramientas para poder utilizarlas y adaptarlas en tu ámbito profesional.

OBJETIVO

A nivel general estos talleres tienen el objetivo de llevar a cabo una pequeña cata sobre temas muy estrechamente vinculados con el bienestar psicológico... nosotros lo llamamos **Cápsulas**.

A un nivel más específico, la Cápsula de las Crisis aporta autoconocimiento, entretenimiento, creatividad y bienestar personal a través de un viaje por nuestro mundo interno, abordando un aspecto que frecuentemente se ve alterado en nuestra vida cotidiana.

El **Taller** es eminentemente **práctico**, formas parte activa del mismo desde el primer momento.

METODOLOGÍA

A lo largo de cuatro bloques se introducen unos conceptos teóricos y, al final de cada uno, se presentarán una serie de ejercicios para poner en práctica habilidades que nos ayuden a gestionar problemas concretos relacionados.

El profesor siempre va a realizar una devolución personalizada de los ejercicios y va a estar presente acompañando a lo largo de todo el proceso para atender dudas, bloqueos o, simplemente, satisfacer curiosidades.

La Cápsula se realiza **on line** y, al finalizar el Taller, recibirás un **Certificado de asistencia y aprovechamiento** en caso de haber realizado todas las actividades propuestas.

DURACIÓN

1 mes

PROFESORADO

Mayte Moreno Sirvent
Jordi Isidro Molina

PRECIO/FORMA DE PAGO/DESCUENTOS

Precio de la Cápsula: 50€

Forma de pago: Tránsito bancario

Descuentos: -10% (no acumulable)

- ✓ Usuarios actuales de Mentalis y Cedipte
- ✓ Infórmate, sin compromiso, para conocer los descuentos eventuales.

CONTENIDO:

1. ¿Qué es una crisis?
2. Objetivo
3. Crisis de Ansiedad
4. Crisis Traumática
5. Crisis Creativa
6. Crisis de Pareja
7. Crisis Familiar
8. Crisis Profesional
9. Crisis Global
10. Crisis Vital
11. Crisis de Fe

LOCALIZACIÓN

MENTALIS (Centro de Atención Psicológica)
Calle Consejo de ciento 487, 1º 4ª 08013 Barcelona
93 265 81 84 / 610 966 224


info@mentalis-psicologia.com / www.mentalis-psicologia.com

PRÓXIMO TALLER E INSCRIPCIÓN

¡Infórmate de la próxima apertura, sin ningún compromiso!

<http://www.cedipte-psicologia.com/campusvirtual/>

<http://www.mentalis-psicologia.com/generica/1/cursos-para-todos>



**¡Matrícula
abierta!**

