

ALMA GESTALT invita a la Formación Virtual Online



DIPLOMADO INTELIGENCIA EMOCIONAL



Desde el Enfoque Gestalt Transpersonal

www.almagestalt.com.ar



CENTRO ALMA GESTALT "EL ARTE DE CREAR LA VIDA QUE ANHELAS"

Facilitadora Myriam Delfini

Buenos Aires / Argentina

Whatsapp 54+9+113-1321914

Email: info@almagestalt.com.ar

DIPLOMADO VIRTUAL EN INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dirigido:

- A quienes deseen comprender y optimizar la inteligencia emocional para la vida cotidiana a través del Enfoque Gestalt, participando de un proceso teórico - vivencial y de un intenso trabajo de autoconocimiento personal.
- A quienes desean orientar su vida personal y/o profesional respondiendo a una vocación concreta: aliviar el sufrimiento emocional a través del desarrollo personal.

Objetivo:

El Diplomado en **INTELIGENCIA EMOCIONAL** desde el Enfoque Gestalt tiene como objetivo:

Aprenderás:

- ✓ Conocer, entender y gestionar adecuadamente tu mundo emocional.
- ✓ Escucharte, respetarte, apreciarte y quererte tal como eres.
- ✓ Abordar los miedos y las heridas que te impiden confiar, fluir y expandirte.
- ✓ Soltar lastres del pasado, corazas, creencias negativas y actitudes limitantes.
- ✓ Disolver patrones perjudiciales y abrir nuevos caminos para conseguir lo que necesitas.
- ✓ Adquirir recursos para afrontar las dificultades en las relaciones.
- ✓ Sanar las heridas de tu infancia y la relación con tus padres.
- ✓ Completar la relación con la ex pareja y sanar el corazón para poder abrirte al amor.
- ✓ Mejorar la comunicación con los demás y aprender a poner límites sanos.
- ✓ Enraizarte en el presente, responsabilizarte de tu vida y tus necesidades.
- ✓ Canalizar positivamente tu energía para ser más asertivo y realizar tus metas.
- ✓ Despertar tu espontaneidad natural, alegría y energías creativas.
- ✓ Expandir la presencia y la meditación en tu vida cotidiana.
- ✓ Crear más confianza, amor e intimidad en tu vida.

Programa teórico - práctico:

- ✓ Discriminar lo obvio / imaginario.
- ✓ Discriminar el sentir / pensar.
- ✓ Aceptación un camino para el cambio.
- ✓ Fenomenología de las emociones.
- ✓ Mecanismos de percepción.
- ✓ Leyes de la percepción.
- ✓ Darse cuenta: el continuo de la atención.
- ✓ Centrarse en el presente como técnica.
- ✓ Autoconciencia, reconocimientos de emociones.
- ✓ Pasar del resentimiento a la aceptación.
- ✓ Pasar de la resignación a la motivación.
- ✓ El miedo como señal que indica una falta de recursos para enfrentar una amenaza.
- ✓ Desde la culpa que tortura a un aliado que permite la reparación.
- ✓ La envidia: transformar el deseo de destruir los logros del otro en una fuente generadora de motivación.
- ✓ Convertir el enojo que destruye en enojo que resuelve.
- ✓ Como construir y restituir la confianza.
- ✓ Los celos: su raíz y formas de superarlos.
- ✓ Ansiedad y angustia.
- ✓ Dinámica de la agresión, resignación, enojo y culpa.
- ✓ Tristeza, depresión, melancolía, nostalgia, duelos.
- ✓ Miedos Ataques de pánico, fobias, miedo al rechazo.
- ✓ Incertidumbre y voracidad.
- ✓ Dependencia, Codependencia y Apego: el camino para sostenerme a mí mismo.
- ✓ Vergüenza – Autenticidad - Aceptar íntegramente lo que SOY
- ✓ La imagen que tengo de mí mismo y la que deseo para valorar a la que soy.

Metodología:

Trabajamos desde el Enfoque Gestalt Transpersonal, ejercicios de introspección y auto descubrimiento, técnicas de relajación y liberación emocional, neurociencia, meditación, sabiduría ancestral & creatividad.

Recursos para conocerte mejor, expandir tu confianza, autoestima y mejorar tus habilidades de comunicación intra e inter personales en el nuevo paradigma.

Modalidad: Formación Virtual Online

Duración: 7 Meses.

Comienza en Junio y Finaliza en Diciembre 2019.

Frecuencia: Semanal – Los días Lunes 20:00 a 22:00 hs

Duración de la clase: Dos horas

Comienza: Lunes 3 de Junio 2019

Lugar: Sala Virtual de la Plataforma Zoom

Dirección: Facilitadora Myriam Delfini y colaboradores.

La metodología para la formación online utilizada es:

- Clases en Sala Virtual (modalidad online)
- Ejercicios vivenciales
- Documentos de lectura
- Materiales complementarios para el aprendizaje videos y audios.
- Tutoría por Whatsapp.
- Bibliografía digital
- Grupo de Whatsapp
- El sistema de cursado es 100% online, es decir, todo el desarrollo de la formación es en línea.
- Se trata de un curso de formación teórico vivencial. El aspecto vivencial se trabaja todas las semanas mediante ejercicios en la Sala Virtual de la plataforma Zoom. Se realiza el curso mediante conexión a Internet, audio y cámara. Se requiere 80% de presentismo.

Seguimiento y Evaluación:

- Se realizan mes a mes y para ello tenemos en cuenta:
- Participación en las actividades propuestas en el aula.
- Aprobación de Trabajos Prácticos, Realización de entrevista, Diseño de Monografía y Taller.

Requisitos de Ingreso:

- Completar formulario de inscripción.
- Abono de matrícula y cuota.

Certificación Privada:

Diplomado en Inteligencia Emocional desde el Enfoque Gestalt.

Reservas e inscripciones:

Whatsapp 54+9+113-1321914 o

Email: escuela@almagestalt.com.ar

Valores para Argentina:

- Matrícula Anual \$ 997.-
- Cuotas: 7 mensuales \$ 2497.-
- Las cuotas se abonan del 1 al 10 de cada mes.

Valores para Extranjeros

Matrícula Anual de U\$S 50.-

Cuotas: 7 mensuales de U\$S 70.-

- Las cuotas se abonan del 1 al 10 de cada mes.

Modalidad de pago:

- **Argentina:** todos los medios a través de Mercado pago.
- **Exterior:** PayPal o Tarjeta de Crédito

Importante: En caso de cancelación de la inscripción por parte del participante, no se realizará ningún reembolso.