

WORKSHOP EL MAPA DEL ESTRÉS

DOSIER INFORMATIVO



Identifica los síntomas. Construye tu Mapa del Estrés. Aprende a gestionarlo.



Entender la densidad de estrés presente en tu vida

Dispondrás de tu propio “mapa de ruta” al estrés y trazar tu plan para gestionarlo. Sabrás por dónde empezar a gestionarlo con tu propio plan de acción guiado por nosotros.

El Workshop está dirigido a:



Crecimiento personal



Coaching



Organizaciones

Esto es todo lo que te llevarás una vez finalizada la formación

- Descubrirás los orígenes de la investigación de la mano de Simon L. Dolan.
 - Conocerás los 4 Factores que inciden en el estrés y de dónde proceden.
 - Comprenderás cómo incide el estrés y los beneficios de aprender a gestionarlo.
 - Obtendrás tu propio Mapa de Estrés.
 - Sabrás por dónde empezar a gestionarlo con tu propio plan de acción guiado por nosotros.
 - Descubrirás los siguientes pasos a dar si quieres convertirte en un especialista en la herramienta.
-

Hola, me llamo Carlos Sánchez y mi profesión desde hace ya 30 años está implicada en las terapias naturales, donde tengo mi especialización en el campo de las técnicas manuales y osteopatía.



CARLOS
SÁNCHEZ



Desde el año 2013, empecé a cuestionarme una serie de preguntas internas cuando observaba que una parte de clientes, después de recibir sus sesiones de trabajo donde obtenían grandes mejoras en su bienestar, volvían a recaer en sus mismas dolencias.

- ¿El motivo podría tener relación con el estrés y la emoción?

A nivel profesional he tenido la oportunidad de ser uno de los pioneros en la especialización del estrés crónico, directamente con el Dr. Simon Dolan en el Centro Internacional de Desarrollo en Valores Zinquo. Obteniendo el certificado como instructor autorizado de la herramienta “El Mapa del Estrés”



Identifica los síntomas.
Construye tu Mapa del Estrés.
Aprende a gestionarlo.



¿Quieres tramitar tu inscripción
o necesitas más información?

Workshop El Mapa del Estrés

Apúntate ahora
395€ + IVA



Carlos Sánchez
Facilitador de procesos de cambio
carlos@facilitotucambio.es / +34 675804555

www.zinquo.com

WORKSHOP EL MAPA DEL ESTRÉS

Identifica los síntomas. Construye tu Mapa
del Estrés. Aprende a gestionarlo.