



TALLER VIVENCIAL: CONSTRUYENDO RELACIONES POSITIVAS

Uno de los pilares del Bienestar en Psicología Positiva, se basa en la construcción de **Relaciones Positivas**. Las relaciones con las personas que nos rodean pueden ser fuente de bienestar y felicidad, o bien ser fuente de preocupación, insatisfacción y malestar. En los últimos años, hemos sistematizado nuestro trabajo en consulta para crear un modelo de Relaciones Positivas que puede servir de guía en la creación de relaciones sanas, constructivas y positivas.

En este taller vivencial trabajaremos mediante ejercicios prácticos, dinámicas de interacción y juegos, para facilitar una reflexión sobre relaciones y su importancia en nuestras vidas, descartando falsos mitos y conceptos dañinos. En una época en que conceptos como "personas tóxicas" o "relaciones líquidas", ¿sobre qué bases podemos sentar nuestras relaciones con amigos, parejas, vecinos, compañeros de trabajo familiares?

¿Cuáles serán algunos de los contenidos a tratar?

- Cambio de Paradigma: Relaciones Líquidas y Felicidad.
- Características de las Relaciones Positivas.
- La Familia: Crecer Juntos a Ritmos Diferentes.
- Fortalezas Personales y Relaciones Interpersonales.
- La Comunicación como elemento esencial de nuestras Relaciones.
- Estrategias para Cultivar las Relaciones Positivas.

Fecha: Sábado 19 de Octubre, de 16:00 a 21:00 (5 horas).

Número de plazas: 12

Precio: 70 euros.

Ponente: Tony Corredera, Psicólogo General Sanitario y Especialista en Psicología Positiva.

Lugar: Calle Virgen del Val 32, Escalera Derecha, Bajo B. 28027 (Madrid).

¿Quieres asistir? Reserva tu plaza llamando a [637 024 184](tel:637024184) o escribe a info@crecimientopositivo.es

Indícanos tu nombre, apellidos y teléfono de contacto, y nos pondremos en contacto contigo lo antes posible.