



## 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.
- Eligiendo el Marco: las Condiciones de tu Relación.
- La Familia: un Modelo de Relación Positiva Diferente
- Fortalezas Personales y Relaciones Interpersonales.
- La Comunicación como elemento esencial de nuestras Relaciones.
- Estrategias para Cultivar las Relaciones Positivas.

**Fecha:** Sábado 5 de Octubre, de 11:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 (6 horas).

**Número de plazas:** 30

**Precio:** 90 euros.

**Ponente:** Tony Corredera, Director de Crecimiento Positivo.

**Lugar:** Calle de Francisco Bergamin Kalea, 49, 31003 Pamplona, Navarra.

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

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