

TALLER PROYECTO DE VIDA

INTRODUCCION

La Adolescencia es una etapa muy importante en la vida de un ser humano. Además de los cambios físicos y emocionales es también el momento de sentar las bases para el futuro en todos los aspectos de la vida.

Aquí radica la importancia de orientar a los jóvenes en la formulación de su proyecto de vida, de manera que cuenten con las herramientas necesarias para darle dirección y sentido a su existencia, elevar su nivel de conciencia y lograr su realización personal.

OBJETIVOS

Identificar que es un proyecto de vida y como se construye

Propiciar el conocimiento y la aceptación personal

Ejercitar la toma de decisiones sanas y asertivas

Elaborar un proyecto de vida personal

CONTENIDO

Que es un Proyecto de Vida

Como hacer un Proyecto de Vida

Objetivos y Metas

Conociéndome y Aceptándome

Mi Historia Personal

Toma de Decisiones

Mi Proyecto de Vida

TALLER PROYECTO DE VIDA

METODOLOGIA

La Metodología a utilizar es la de aprendizaje experiencial "aprender haciendo", mediante dinámicas individuales, ejercicios grupales, exposición teórica con apoyo audiovisual, análisis de casos y relajaciones entre otros.

DIRIGIDO A

Personas del común.

CONTACTOS

CARMENZA BRAY DE PEREIRA
PSICOLOGA
CASTILLOGRANDE CALLE 5ª A. No. 9-55
EDIF. EL ALMENDRALEJO APTO 302
TEL: 6645998 – CEL. 300-8373383
Web Site: www.carmenzabray.4t.com

E-mails: carmenzabray@yahoo.es / informacion@carmenzabray.4t.com