

Pensamiento Positivo Pentsamendu Positiboa

Contenido:

Transformar pensamientos negativos en positivos: beneficio en mente, cuerpo y relaciones

Autoestima

Comunicación y habilidades sociales

Emociones y sentimientos

Técnicas de relajación, respiración e imaginación

Edukiak:

Pentsamendu negatiboak positibo bihurtu: buruan, gorputzean eta erlazioetan onurak.

Autoestima.

Komunikazioa eta gizarte trebetasunak.

Emozioak eta sentimenduak

Erlaxazio, arnasketa eta irudimen teknikak.

Mayo / Maiatza 13, 20 y 27

Junio/ Ekaina: 3

TI 948 292426

Arantxa Sueskun

Instituto de Métodos Grupales de Navarra ©

Plaza Felisa Munárriz, 2 - Entrpl. A

31005 Pamplona

info@imgpn.com

www.imgpn.com

IMG Instituto de
Métodos Grupales
navarra