Mujeres EMOCIONALMENTE RESPONSABLES

Descúbrete, libérate, ámate y reinvéntate

mujeres
emocionalmente
responsables

Modalidades: Entrenamiento y Taller

Formación vivencial en
inteligencia emocional responsable,
para el desarrollo personal y la funcionalidad en las relaciones

Autor: **Luis Villa**
www.mer.mx

PROsperity · CREO Educación Integral · Movimiento Círculo Rosa · Mujeres Emocionalmente Responsables

Mujeres
EMOCIONALMENTE RESPONSABLES

Mujeres Emocionalmente Responsables (MER) es un programa educativo de inteligencia emocional responsable de ***CREO EDUCACIÓN INTEGRAL*** que facilita el desarrollo personal y la funcionalidad en las relaciones interpersonales.

Vivimos en tiempo de cambios. Hoy, las mujeres participan en el rol familiar, empresarial, político y social; las mujeres que las educaron, ubicadas en un contexto histórico distinto, jugaban preferentemente papeles de esposas y madres. Su dependencia emocional y económica era preponderante.

Estos cambios ameritan reflexión, redefinición y nuevas interpretaciones. CREO EDUCACIÓN INTEGRAL te ofrece, a través de Mujeres Emocionalmente Responsables, vivir una experiencia única y transformadora que te permitirá:

1. Sanar tu interior
2. Fortalecer tu valor personal
3. Asumir el liderazgo de tu vida
4. Crear relaciones sanas, felices y funcionales
5. Diseñar tu futuro y el sentido de tu vida

Desarrolla tu
inteligencia emocional
y mejora tus relaciones
en todos los ámbitos
de la vida

Entrenamiento que han vivido en México más de 3,000 Mujeres

Objetivos

1

Sanar tu interior

liberando vergüenza, culpas, frustraciones y resentimientos

El pasado puede ser un ancla que te impida disfrutar el aquí y el ahora así como tu proyección positiva hacia el futuro. Convierte el pasado en una experiencia de aprendizaje.

La vida sucede ahora y todo lo que hacemos va diseñando nuestro futuro, sin embargo, el pasado puede convertirse en el mayor obstáculo para disfrutar el aquí y el ahora, incluso puede ser un desalentador para construir el mañana que queremos.

Conscientes o no, las personas estamos sujetas al pasado. Para algunos puede ser una experiencia de la que aprendimos y para otros, un capítulo del que preferimos no hablar.
Para crecer necesitamos perdonar, liberar y honrar el pasado.

El proceso de autodescubrimiento inicia con la liberación de culpas, miedos y resentimientos donde las participantes experimentan un estado de libertad y paz.

¿Consideras que tu interior está limpio de vergüenza, culpa y resentimiento?

La dinámica de este programa de desarrollo personal, está enfocado a un proceso de introspección que le permita a la participante evaluar y reflexionar acerca de quien ha venido siendo hasta este momento de su vida, otorgándole herramientas para potencializar sus recursos internos que la ayuden a crear una vida con mayores satisfacciones personales y profesionales.

2

Fortalecer tu valor personal

reforzando confianza, seguridad y merecimiento

La baja autoestima y la incapacidad para fijar límites sumergen a la mujer en el sufrimiento, lejos de la felicidad y la plenitud. Las mujeres exitosas, entre otras cosas, se identifican por la pasión con la que construyen una vida plena y feliz, por el poder de su determinación y la claridad con la que establecen límites.

El programa educativo aborda temas para fortalecer en las mujeres su confianza, seguridad, merecimiento y amor propio, con ello mejoran de forma significativa su autoestima.

¿Consideras que eres una mujer que se respeta a sí misma y se hace respetar por los demás?

3

Asumir el liderazgo de tu vida

tomando responsabilidad y protagonismo

La sumisión o el control invalidan y aniquilan a las personas.

Aprende a confiar en los demás y a hacerte cargo de ti misma. Hay mujeres que necesitan excesivamente de la aceptación, protección y validación de otras personas con lo que pierden su autonomía, autenticidad y a veces, su dignidad.

Otras mujeres buscan hacerse cargo de los demás, protegerlos, controlarlos, al mismo tiempo que se deteriora su autoestima, seguridad y confianza. Algunas mujeres no saben cómo adueñarse de su elemental principio de libertad, mientras otras no logran manejar su independencia. Se convierten en personas solitarias y generan sentimientos de vacío. Ambos comportamientos afectan todo tipo de relaciones. Las mujeres que viven en plenitud trabajan para despertar sus más brillantes cualidades y son capaces de mostrarlas a flor de piel sin temor.

El programa educativo es un espacio que permite a las mujeres reconocer su libertad su igualdad y asumir el liderazgo de su propia vida.

¿Consideras que tu autoestima y seguridad son óptimas?

4

Crear relaciones sanas, felices y funcionales

aprendiendo a vivir en interdependencia

Nuestros pensamientos, sentimientos y emociones convergen en acciones donde nos revelamos todo el tiempo. Nuestra felicidad depende en gran medida de la forma en la que nos relacionamos.

Aprende a crear nuevas formas de relacionarte.

Podrás recorrer, explorar y ejercer cambios en las diferentes áreas de tu vida.

Para lograr una nueva forma de relacionarte, es necesario que identifiques los factores internos que no te lo han permitido. Diseña nuevas formas de hacerlo a partir del aprendizaje.

El programa educativo, permite identificar y trabajar las conductas generadoras de dependencia y codependencia afectiva, que son dos formas disfuncionales de relacionarse para encaminarse hacia la interdependencia.

¿Consideras que tus relaciones interpersonales son sanas, felices y funcionales?

5

Diseñar tu futuro y el sentido de tu vida

definiendo con claridad lo que te apasiona y quieres

El pasado podrá ser una fuente de sabiduría cuando lo hayas aceptado y limpiado del resentimiento y otras cargas emocionales negativas. El pasado dejará de ser el mayor obstáculo para disfrutar el aquí y el ahora, convirtiéndose en un alentador para construir el mañana que quieres.

Define tus valores

Para vivir en autenticidad es importante definir cuáles son nuestros valores.

El programa educativo es un acompañamiento, en el que podrás definir tu código de valores sobre los cuales quieres regir tu vida, de esta forma actuarás en congruencia y se manifestará la paz que quieres para tu existencia.

Definir el sentido de tu vida y diseñar tu futuro, te van a equipar de seguridad y confianza lo que te permitirá fluir y disfrutar cada experiencia.

¿Consideras saber quién eres y qué espera de ti la vida?

Naturaleza del Programa Educativo

En CREO EDUCACIÓN INTEGRAL creemos que tienes todo el potencial para crecer y crear la vida que deseas. Ahora es la oportunidad de descubrirlo y mostrarlo.

El programa educativo es un proceso vivencial.

Una experiencia de cambio, transformación y motivación desarrollada en un ambiente de apoyo y respeto por las individualidades.

La información pasa por los sentidos logrando experimentarse como vivencia. Esto contribuye en el proceso de transformación interna.

El facilitador te acompaña en un proceso conversacional, introspectivo y creativo. Esto te permite el descubrimiento, la reflexión y la creación de nuevas alternativas para que generes cambios positivos en tu vida.

El facilitador hace uso de herramientas de coaching, elementos de la psicología positiva, recursos del análisis transaccional, ejercicios de psicología gestáltica y otros campos teóricos que enriquecen la filosofía de Mujeres Emocionalmente Responsables.

Durante el programa educativo se realizan dinámicas grupales, ejercicios escritos, visualizaciones creativas, metáforas, cuentos y role playing. Las participantes exponen en forma grupal, grupo chico, diadas y conversaciones interiores.

Mecánica del Programa Educativo

Tiempos y Objetivos:

APERTURA (MODALIDAD TALLER)

2 días de trabajo en salón. 18 horas.

Las participantes sanan su interior al limpiar resentimientos y cargas emocionales negativas que guardan del pasado. Detectan las conductas disfuncionales aprendidas.

Evalúan la relación consigo mismas y establecen formas para fortalecer el amor propio.

(MODALIDAD ENTRENAMIENTO)
TALLER + INTERMEDIO + CIERRE

PROCESO INTERMEDIO

7 semanas de acción comprometida, reuniones de 3 hrs. semanales.

En la segunda parte, las mujeres trabajarán durante 7 semanas en reuniones grupales para crear un nuevo contexto de vida, estar alertas sobre sus conductas y observar aquellas que les generan sufrimiento o “disparan” problemas en sus relaciones. Este tiempo es el espacio para que se encuentren consigo mismas, se acepten como la persona más importante para su vida, y se responsabilicen de su propia felicidad.

CIERRE

1 día de trabajo. 9 horas.

En la tercera parte, las participantes cerrarán su proceso de aprendizaje compartiendo sus logros, evaluando su presente y diseñando la co-creación del futuro que quieren para sus vidas.

UNA EXPERIENCIA QUE VAS A QUERER COMPARTIR CON OTRAS MUJERES

luis@luisvilla.mx www.luisvilla.mx

Luis Villa

Mentor Coach

PCC
Professional Certified Coach
International Coach Federation

Pedagogo, Professional Certified Coach y Máster en Educación Emocional

EXPERIENCIA

Luis Villa es Licenciado en Pedagogía, graduado en el Centro de Estudios Universitarios en Monterrey. Cuenta con un Máster en Inteligencia Emocional por la Universidad La Rioja, España. Actualmente estudia un posgrado en Educación Emocional y Bienestar en la Universidad de Barcelona en España.

Cuenta con Diplomados en Higiene Mental, Logoterapia y Análisis Existencial, cursados en la Universidad Iberoamericana. Además tiene diversos cursos, talleres y seminarios en Psicoterapia y otros campos teóricos del desarrollo humano.

Está acreditado ante la International Coach Federation como PCC (Professional Certified Coach), con una trayectoria ascendente como experto en coaching. También está adherido a la Sociedad Internacional de Coaching No Directivo (International Non Directive Coaching Society)

Es director de CREO Educación Integral, escuela de Educación Continua. A este sistema pertenece CREO Coaching, centro especializado que ha formado a más de 200 Coaches Humanistas que hoy acompañan a personas y a organizaciones a maximizar su potencial y resultados, a través de procesos de aprendizaje para la autogestión y el liderazgo inspiracional.

Es coautor del libro “Coaching Humanista” publicado en España por Unión Editorial. En este libro desarrolló un capítulo sobre la Inteligencia Emocional en el coach y en el cliente. En la misma disciplina del Coaching ha sido conferencista internacional durante dos años consecutivos en Coaching Global.

Es autor del concepto “Emocionalmente Responsables” y del programa educativo de Inteligencia Emocional “Mujeres Emocionalmente Responsables”. Este sistema de educación cuenta con un equipo de 16 facilitadores certificados que imparten entrenamientos, talleres y conferencias en los estados de Nuevo León, México, Chihuahua, Baja California, Tamaulipas, Coahuila, Querétaro y la Ciudad de México.

Cuenta con más de 20 años de experiencia profesional en puestos gerenciales y directivos en empresas nacionales y transnacionales, experiencia que sumada a su experiencia en el coaching y la consultoría le han permitido colaborar como asociado en Grow Incubadora de Mentes Creativas, Inspirint Talent, YSC Consulting y ahora en EICCE Equilbri, entre otras..

CREO Educación Integral · MOVIMIENTO CÍRCULO ROSA El valor de ser Mujer · Mujeres EMOCIONALMENTE RESPONSABLES

GUADALUPE SOSA

PROsperity

Coach y Facilitadora Certificada Internacional

EXPERIENCIA

Tiene formación como Lic. en Administración de Negocios Internacionales y Maestría en Finanzas por la Universidad Regiomontana. Cuenta con más de 17 años de trayectoria profesional, desempeñándose en diferentes empresas donde ha participado activamente en el desarrollo del personal y de las organizaciones. Además de estar certificada como Facilitadora del Entrenamiento MUJERES EMOCIONALMENTE RESPONSABLES, cuenta con las siguientes certificaciones:

-COACH HUMANISTA Y FACILITADORA DE APRENDIZAJE (por CREO Educación Integral AC y Leonardo Ravier)
-MASTER COACH EJECUTIVO (por CREO Educación Integral AC y Leonardo Ravier)
-MASTER COACH DE EQUIPOS, SISTEMAS Y ORGANIZACIONES (por CREO Educación Integral AC y Gorka Bartolomé)
-MASTER TRAINER EN NEUROVENTAS (por Jürgen Klaric y BiiALAB USA.)

Hace siete años que emprendió un viaje muy especial hacia el autoconocimiento donde no sólo logro sanar su vida emocional sino que también le permitió descubrir una de sus más grandes pasiones en la vida que es apoyar a otros en el camino del autodescubrimiento, la autosanación y la automotivación para lograr sus sueños. Desde entonces ha creado espacios donde poder impactar de manera positiva en la vida de las personas y de las empresas a través de diferentes cursos, talleres y entrenamientos.

Se define a sí misma como una amante del Coaching y el Desarrollo Humano porque esto le ha permitido sanar su relación consigo misma, con su entorno y lograr compartirlo con otras personas, para que aprendan a vivir la vida que quieren.

"Aunque no lo creamos, todo lo que ocurre en el mundo nos impacta porque todo pertenece al mismo sistema. Si educamos a las personas a hacerse cargo de sus emociones, a actuar responsablemente y cuidar el impacto que tienen en los demás, podremos generar una sociedad que vela por el bien propio y común. "

– Guadalupe Sosa

CREO Educación Integral · Movimiento Círculo Rosa · Mujeres Emocionalmente Responsables

Más Información

CREO Educación Integral®

CREO EDUCACIÓN INTEGRAL es una institución educativa enfocada en la educación humanística. Impartimos diplomados, talleres, cursos, entrenamientos, conferencias y orientación personal, en alianza con otras empresas del país.

PROsperity

El programa educativo Mujeres Emocionalmente Responsables, es coordinado por la empresa Prosperity y facilitado por ***Guadalupe Sosa.***

CONTACTO:

GUADALUPE SOSA
lupita@mer.mx
Cel. 81 1275 1490

Mujeres
EMOCIONALMENTE RESPONSABLES

Programa: www.mer.mx/prosperity

GUADALUPE SOSA
Coach, Conferencista y Facilitadora de Aprendizaje