



PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

 [rosetta.psicopeducativa](https://www.instagram.com/rosetta.psicopeducativa)

ASOCIACIÓN PSICOEDUCATIVA ROSETTA



CURSO DE CRECIMIENTO PERSONAL

[Nuestra web](#)



BIENVENIDO BIENVENIDA

Quiénes somos

Nos dedicamos a ofrecer charlas y talleres psicoeducativos para promover la salud mental en la comunidad. Nuestro enfoque principal es brindar educación y apoyo para mejorar el bienestar personal.



Un curso diseñado e impartido por psicólogos en base a los fundamentos científicos más sólidos. Nuestra meta es trabajar para un desarrollo personal propio.

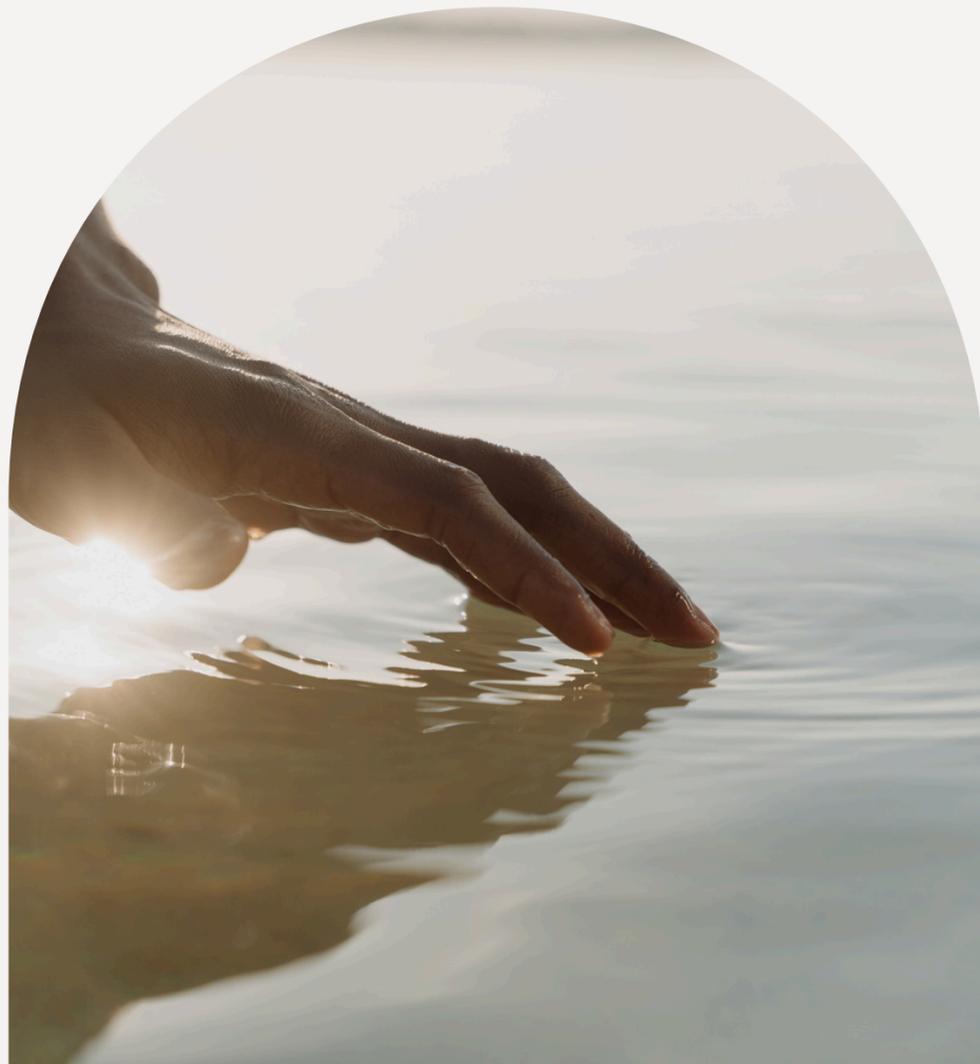


LA IMPORTANCIA DEL CRECIMIENTO PERSONAL

El crecimiento personal no es solo "sentirse mejor". Es un proceso profundo de autodescubrimiento, de sanar heridas, de liberarte de creencias que te limitan y de comenzar a vivir desde tu autenticidad.

A través del crecimiento personal aprendemos a:

- Reconocer quién eres más allá de tus miedos y tus etiquetas.
- Escuchar y entender tus emociones en vez de huir de ellas.
- Fortalecer tu autoestima para dejar de depender de la aprobación de otros.
- Construir relaciones más sanas, poniendo límites y comunicándote con claridad.
- Redescubrir tus talentos y tu propósito, y crear una vida más coherente y libre.

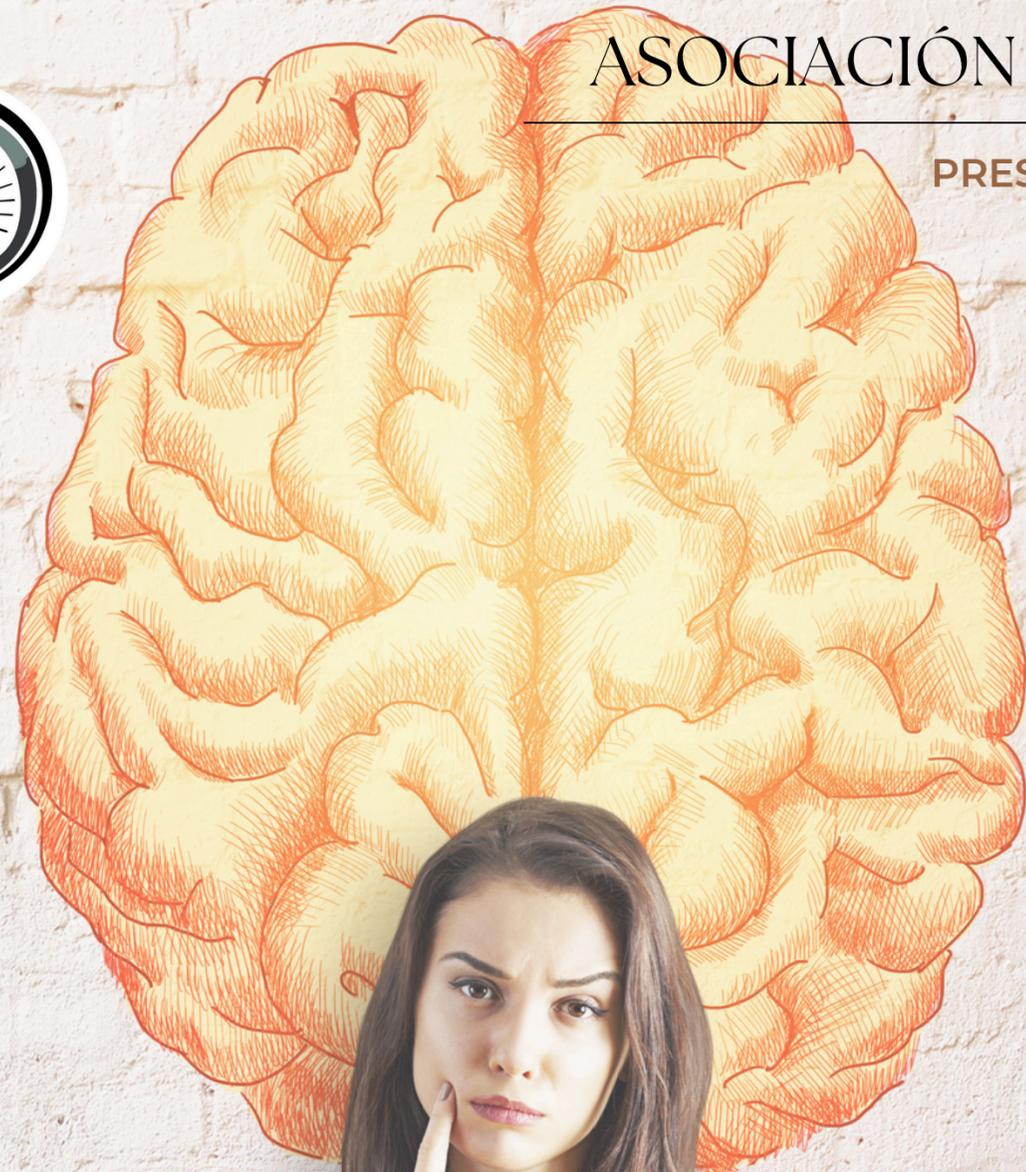




ASOCIACIÓN PSICOEDUCATIVA ROSETTA

PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

 [rosetta.psicoeducativa](https://www.instagram.com/rosetta.psicoeducativa)



Contenido del curso

Módulo 1. Autoconocimiento y Autoestima

La Autoestima es parte fundamental de nuestra identidad y, por tanto, elemento transversal de nuestra salud mental. Entenderla y mejorarla nos previene de diferentes trastornos mentales y mejora nuestra calidad de vida.

Módulo 2. Inteligencia Emocional

Comprender nuestras emociones y aprender a gestionarlas nos facilita el día a día y nuestra autoaceptación.



Módulo 3. Relaciones y comunicación

La forma en la que entendemos las relaciones y la manera que tenemos de comunicarnos determinan en gran medida nuestra concepción del mundo y todo aquello que podemos esperar de este.

Una visión abierta y realista de las relaciones junto con una comunicación asertiva mejora nuestro bienestar tanto personal como social.

Contenido del curso





PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

 [rosetta.psicoeducativa](https://www.instagram.com/rosetta.psicoeducativa)

1

Nuestro objetivo es ofrecer un espacio donde puedas conectar con tu cuerpo y mente, alcanzando equilibrio y serenidad.

2

A través de nuestro curso, buscamos fomentar la sana autoestima, reducir el estrés y fortalecer tu bienestar emocional.

3

Queremos proporcionarte herramientas para una vida más saludable, cultivando la paz interior y promoviendo una mayor claridad mental.

NUESTRO OBJETIVO

Cambiar tu vida

Ven y vive la experiencia de un cambio profundo, donde cada sesión te acerca más tu mejor versión.

¡Tu transformación comienza hoy!



Gracias

Te invitamos a conocernos, explorar nuestras charlas, cursos y talleres, y descubrir cómo podemos ayudarte a transformar tu bienestar.

[Nuestra web](#)