



Taller en CASTELLANO:

## **Mi familia, mis amigos... ... ¿Por qué somos así?**

**Taller de orientación para reconocer las emociones dentro de tus círculos de relación**

**Por Lola Hernández y Juan José Gárriz**

**¿Cuándo? Sábado 24 de marzo 2012**

**¿Dónde? Westendstr. 155**

(puerta izq. de la Iglesia)

**U5/U4/S7 Heimeranplatz**

**¿Y el horario? 9.30 a 13.30 h**

**¿El precio? 39 €**

### **Programa:**

**Diferentes grupos, diferentes emociones, diferentes energías:**

Emociones Grupales Básicas

Emociones Secundarias

### **La realidad de cada uno:**

**¿Cómo podemos observar las perspectivas individuales? La importancia de las necesidades individuales**

### **Herramientas para identificar y poder actuar sobre las emociones del grupo:**

Asertividad y herramientas de gestión de conflictos

Re-sentir (sin resentimiento)

## **Inscripciones en:**

**Teléfono:** Lola 0160 91 804684 y Juanjo 0151 573 591 35

**Mail:** [lolahernandez.coaching@gmail.com](mailto:lolahernandez.coaching@gmail.com) y

[juanjo.garriz@muma-coaching.com](mailto:juanjo.garriz@muma-coaching.com)

**Plazo de inscripción:** Viernes 17 de marzo de 2012

**¡Aforo limitado!**

## **Sobre nosotros:**

### **Lola Hernández García:**

#### **Coaching y desarrollo personal**

Licenciada en psicología en la Universidad Autónoma de Madrid, Master en dirección de RRHH por la Escuela de Organización Industrial y experta en Coaching personal por la Universidad Camilo José Cela. Más de 15 años de experiencia profesional en gestión, formación y desarrollo de personas desde puestos de dirección. Actualmente vive en Múnich, realiza Coaching personal y profesional e imparte seminarios de gestión del tiempo e inteligencia emocional.



### **Juan José Gárriz:**

#### **Coaching y desarrollo profesional**

Licenciado en Derecho por la Universidad de Navarra, Master en Dirección y Gestión de RRHH por CESMA Escuela de Negocios, Executive Coach de la Federación Internacional de Coaching. Es propietario de la Compañía MüMa coaching & HR Solutions - [www.muma-coaching.com](http://www.muma-coaching.com) - .

