

## Taller en CASTELLANO:

¿Te cuesta decir lo que piensas? ¿Tienes dificultades para expresar lo que sientes? ¿Te corta pedir algo al jefe o a tus compañeros? ¿Pierdes fácilmente los nervios cuando vas a decir algo que no te gusta?

# ¡Atrévete a decirlo! Y dilo bien:

Taller de asertividad para practicar con estrategias y formas adecuadas de expresar y expresarnos

Por **Lola Hernández**



Cuándo? **Viernes 13 de septiembre de 2013**

¿Dónde? **Westendstr. 155. Múnich.**

U/S–Bahn: **Heimeranplatz**

¿Y el horario? **17.00 a 20.00h**

¿El precio? **29€**



### Programa:

- Concepto: comunicación agresiva, comunicación inhibida y comunicación asertiva
- Técnicas de expresión asertiva
- Utilización de las técnicas en situaciones de la vida cotidiana
- Dinámicas de grupo

### Inscripciones en:

Teléfono: **0160 91 804 684**

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

Plazo de inscripción: **Lunes 9 de septiembre de 2013**

**¡Aforo limitado!**

**Sobre mí:** Coach Profesional Certificada por ASESCO, Licenciada en Psicología, Experta en Coaching, Máster en Dirección de RRHH. Facilitadora en talleres de desarrollo personal.