

RESILIENCIA

CAPACIDAD DE RECUPERACIÓN ANTE LA ADVERSIDAD Y LAS DIFICULTADES

Todas las personas hemos sufrido, y sufrimos, reveses, situaciones traumáticas, duras. Si observamos a quienes nos rodean podemos observar que algunas personas se recuperan e incluso son capaces de reforzarse. Otras, quedan “tocadas” por el golpe y no son capaces de recuperarse. Esta capacidad de recuperación ante la adversidad, se llama **resiliencia**.

Podríamos decir que lo importante no es “el hecho adverso” sino el modo en que se vive ese hecho.

En este taller puede conocer cuáles son las claves de la resiliencia y cómo puede desarrollarla.

OBJETIVOS

Que los participantes conozcan qué es la resiliencia, reflexionen sobre ella y aprendan a desarrollarla.

PROGRAMA

- ¿Qué es la resiliencia?
- Características de la resiliencia.
- Análisis de los rasgos y habilidades a desarrollar.

PARTICIPANTES

Número de plazas limitado. Máximo 10 personas.

Si el número de participantes está cubierto, guardaremos su reserva para la próxima edición de este taller.

CONSULTORAS/PICÓLOGAS

Doctora Rosa Vera García

Gemma Santos Donoso

ORGANIZAN

Vértices Psicólogos y Clínica Psicológica y Forense.

LUGAR

Avenida Lazarejo, 106

28232 Las Rozas de Madrid

FECHAS Y HORARIOS

Día 1: de 16:00 a 21:30 horas.

Día 2: de 9:00 a 14:30 horas.

INSCRIPCIONES

Email: info@verticespsicologos.com

Teléfono: 91.631.44.93 - 690.75.85.35

Organizado por

