

Porque estoy enojado?



celoso



culpable



desconcierto



decepcionado



preocupado



avergonzado



miedo



ansioso



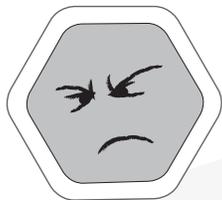
ofendido



triste



frustrado



enojado

Acerca De Nancy Pinzón



MENTAL WELLNESS NOW, LLC

Nancy Pinzón, LPC
CHT Licenciada Sicaterapeuta

PRESENTA
UN CURSO DE

Manejo
Del Enojo

Manera efectiva
para aprender
a controlar las
emociones

Llego a ustedes con más de 25 años de experiencia tanto personal como profesional. Mi campo investigativo lo he dirigido hacia encontrar la raíz del por qué el ser humano sufre, y he dedicado la mayor parte de mi vida a estudiar la mente subconsciente.

Mis estudios incluyen un Bachillerato en Filosofía y Religión de Mary Baldwin College, en Staunton, VA., un postgrado en Transformación de Conflictos y Edificación de Paz, en la Universidad Eastern Mennonite, y otro postgrado en Salud Mental y Sicoterapia, de la Universidad Walden, en Minneapolis MN.

También poseo certificados para facilitar cursos y talleres dirigidos hacia el manejo del enojo y mediación.

Yo ofresco este curso en español para asistir a individuos en la comunidad hispana quienes urgentemente necesitan aprender a controlar sus emociones.

Para mayor información llamar:

540-246-8155

Contacto:

web: www.mentalwellnessnow.com

email: info@mentalwellnessnow.com

dirección: PO Box 1705, Harrisonburg, VA 22803

teléfono: 540.246.8155

Introducción

El enojo crea sentimientos negativos que pueden elevar nuestra agresividad.

Cuando el enojo es severo podemos sentir síntomas de pánico, el pulso se acelera, se eleva la adrenalina en la sangre, y en algunas ocasiones hasta los músculos se pueden tensionar.

Cuando nos enojamos y excitamos nuestro sistema podemos causar daño físico .

A través de esta capacitación se le permite al participante el aprender a controlar sus emociones, y así poder evitar terribles consecuencias y problemas legales.

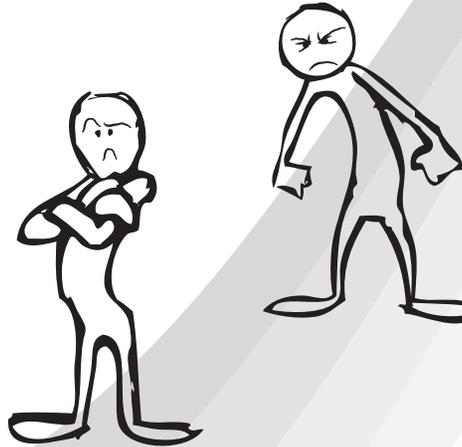


Puntos Importantes

- Evaluar las consecuencias antes de actuar.
- La agresividad.
- Reparación de las relaciones importantes
- Aprender técnicas para controlar las emociones.

Temas Sobre El Manejo Del Enojo

- El enojo en la familia.
- La violencia.
- La agresividad.
- Aprender a prevenir el enojo.
- Educación sobre la violencia.
- Reconstrucción de las relaciones importantes.
- Técnicas para mantener el control de las emociones.



Quienes Pueden Participar ?

- Adolescentes y adultos quienes necesitan aprender a controlar su enojo.
- También se aceptan casos referidos por las cortes.

Costo \$

- Cada sesión tiene un costo de **\$35.00**.
- Nota: Para aquellos participantes quienes deseen pagar el costo del curso completo, se les otorgará un **10%** de descuento.
- Para quienes deseen pagar por cada sesión lo podrán hacer al inicio de las sesiones.

Certificación:

Una vez los participantes completen su entrenamiento les será otorgado un certificado confirmando que han completado exitosamente su curso.

Duración:

El curso consta de 12 semanas, con una duración de hora y media cada sesión.

Para mayor información favor
llamar al teléfono
540-245-8155.

Manejo
Del Enojo

Mental Wellness Now, LLC
Ayudando con instrumentos para el bienestar emocional

Contacto:

web: www.mentalwellnessnow.com
email: info@mentalwellnessnow.com
dirección: PO Box 1705, Harrisonburg, VA 22803
teléfono: 540.246.8155

