



Temario del Curso Presencial:

“Creando tu Realidad: Cómo Modificar el Presente para Mejorar el Futuro”

Intensivo de 2 Días: 16 Horas

Conmutador: (55) 5343 5061

<http://www.capacitacionrealestrategy.com/> Email: capacitacion@realestrategy.com

MÓDULO 1. Acepta y Reconoce tu realidad

OBJETIVOS

- ✓ Aprender a aceptar la realidad
- ✓ ¿Qué conocen nuestros cinco sentidos?
- ✓ Diferencia entre creencia y fe
- ✓ “Yo creo, lo que creo”
- ✓ La importancia de nuestra realidad
- ✓ ¿Cuánta verdad necesita el hombre?

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. Introducción

- ✓ ¿Qué es la realidad y cómo me afecta?
 - Realidad Subjetiva
 - Realidad Objetiva
 - Ley de Atracción
 - Vivir en el pasado afecta el presente

2. Realidad de mi entorno ¿Cómo lo percibo?

- ✓ Psique
- ✓ Ciencia
- ✓ Espiritualidad

3. La importancia de no vivir en el pasado, ¡Deja de vivir crucificado!

- ✓ El presente es ahora
- ✓ Vivencias no superadas
- ✓ Atados al pasado y repercusiones actuales
 - ¿Tengo que olvidar mis glorias pasadas?
 - ¿Cómo me hace sentir eso?
- ✓ Formando un nuevo mundo para mi



4. ¿Cómo me doy cuenta si mi realidad es la correcta? ¿A dónde me lleva?

- ✓ Sueños o realidad
- ✓ Inconsciente vs Consciente
- ✓ Aceptación del ahora

5. Sensaciones

- ✓ Lo que veo, lo que siento y lo que escucho hacen mi realidad
- ✓ Emociones distorsionando la percepción
- ✓ ¿Desde dónde estás creando tu realidad?
- ✓ ¿Estas conforme con lo que creaste?

MÓDULO 2. Transformando tu realidad

OBJETIVOS

- ✓ ¿Cómo cambiar tu realidad?
- ✓ ¿Qué pensamos de nosotros mismos?
- ✓ Idealización de mi realidad
- ✓ El soñar es una vía alterna de escape para el ahora

ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. ¿Cambios positivos o negativos? ¿Cómo los identifico?
 - ✓ ¿Qué es bueno y qué es malo para mí?
 - ✓ ¿Por qué es importante lo que decido?
 - ✓ Consecuencias de las decisiones
 - ✓ El cambio siempre es bueno... pero a veces no.
 - ✓ Evaluando mi realidad... ¿me gusta?

2. Visión de mí mismo – ZONA EN RECONSTRUCCIÓN –
 - ✓ Auto proyección ¿Hacia dónde voy?
 - ✓ Mi “yo” idealizado – lo que en realidad quiero ser
 - ✓ Mi realidad, hoy y ahora
 - ✓ La realidad la creo yo... Creer es crear

3. La realidad se puede mejorar forjando un mejor futuro
 - ✓ Puntos de quiebre en mi realidad
 - ✓ Consciencia de lo que perjudica mi vida
 - ✓ ¿Qué es lo que necesito y qué es lo que deseo?
 - ✓ Críticas positivas
 - ✓ Críticas negativas



4. Evadiendo la realidad... No me gusta lo que veo

- ✓ Negación
- ✓ Proyección
- ✓ Introyección
- ✓ Desplazamiento

5. Estabilidad en mi realidad ¿Cómo quiero vivir?

- ✓ Usa tu racionalidad
- ✓ Reconoce el causante del desequilibrio emocional
- ✓ Practicar el perdón
- ✓ Aceptar los cambios