GANDAKI
TRANSFORMA

Taller Mandala

VISIÓN DE FUTURO

Crea tu futuro empoderando a tu creatividad
¿Te atreves a soñar?

Objetivo: Define tu futuro personal y/o profesional mediante los estímulos de tu hemisferio derecho y viajando en el tiempo para descubrir qué necesitas aprender y soltar en el camino.

Metodología: A menudo queremos construir nuestro futuro deseado desde el presente, con nuestros recursos y limitaciones actuales. Esta es una propuesta para hacer las cosas al revés. Viajemos al futuro y vivamos ya en él, visualizando cómo es y qué hacemos. Regresemos luego al presente para identificar aprendizajes y miedos que hemos vencido para llegar.

Paso 1: Autoconocimiento, reflexión y intuición
Ábrete a las preguntas y ejercicios que todavía no te has hecho acerca de tu futuro

Paso 2: Creatividad de tu Mandala de visión de futuro
Conecta con la creatividad de tu hemisferio derecho y déjate llevar por la magia de las imágenes.

Paso 3: Fortaleza emocional para el camino
Aprende a caminar hacia tu visión de futuro con amor y fortaleza emocional.

Paso 4: Plan de acción
Diseña tu plan de acción en el tiempo con objetivos, acciones y indicadores de resultados.

Facilita el curso: **ARNAU GASULL**

- Licenciado en Psicologia (URL) y Coach Certificado ACC por ICF
- Certificación Mindfulness Based Stress Reduction – Inst. esMindfulness
- Equilibrio y Balance Emocional - Santa Barbara Inst.
- Máster en Recursos Humanos (UPF) y Máster Practitioner en PNL (Inst. Gestalt)

Llevo más de 15 años como Psicólogo y Coach acompañando a personas en procesos emocionales de cambio. Imparto formaciones en valores, gestión de emociones y conflictos. Facilito talleres y cursos de *Mindfulness* y Inteligencia emocional para grupos. Practico la meditación desde 2012.

www.gandakiproject.com