



Grupo Online: Ansiedad Laboral → Sentido Profesional

Formación grupal online · 8–12 plazas · 6 sesiones de 90 min

Detalles

- 8–12 plazas
- 6 sesiones de 90 min vía Zoom

Programa / Sesiones

- Ronda de relatos críticos y escucha activa
- Mapa de presiones y asociación libre
- Exploración de miedos al juicio
- Dinámica de atención somática para mapear tensiones
- Diálogo guiado sobre expectativas
- Visualización colectiva y micro-plan personal

Incluye

- Cuaderno de reflexión (PDF) con preguntas semanales
- Audio-guide breve (3–5 min) tras cada sesión
- Canal privado para dudas puntuales
- Sesión 1 a 1 opcional (20 min por €60)
- Certificado digital de participación
- Garantía 100 % de reembolso si cancelas tras la 1.ª sesión

Precio

Early-Bird: €240 • General: €320 (IVA no incl.)

Cómo contratar

Reserva tu plaza en <https://buy.stripe.com/4gMfZhftE1CJ44rdDG2sM02>