



# VII JORNADAS | ORIENTACIÓN PROFESIONAL

GRADO EN RELACIONES LABORALES Y RECURSOS HUMANOS.  
FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO, CÁDIZ

## TALLER:

## **Pensamiento Positivo y Automotivación. Cambia tu mente para cambiar tu vida**

Aula Magna de la Facultad de CC Trabajo -Campus de Cádiz

Martes 19 de febrero:

Sesión de mañana de 11:00 a 13:00 horas  
Sesión de tarde de 16:00 a 18:00 horas

### **LO QUE CREES, CREAS:**

Presentaremos el proceso por el cual creamos la realidad. Conoceremos dos "superpoderes personales" que no nos han contado: el de ser felices viviendo de dentro hacia afuera y el de atraer la realidad que deseamos a partir de nuestros pensamientos y de nuestra vibración o sentimiento. Cambia tu mente para cambiar tu vida. Consigue tu propósito: crea la realidad que deseas. Del "victimismo" al empoderamiento personal: yo decido ser feliz.

### **Ponente: María Elena García Delgado (Unicoach)**

Doctora por la Universidad de Extremadura, posee una amplia formación en Inteligencia Emocional (Mindfulness, resolución de conflictos mediante Comunicación Compasiva y no Violenta, coaching educativo, neurociencia, pedagogías alternativas, pedagogía sistémica, etc) principalmente en el Centro de Profesores y Recursos de Plasencia. Es formadora de "Pensamiento Positivo y Automotivación" en la Universidad de Extremadura, en diferentes Grados.



### **Objetivos:**

Proporcionar al alumnado universitario herramientas de Pensamiento Positivo y Automotivación que le permita evolucionar desde el "victimismo" al empoderamiento personal. Esta estrategia, basada en el Proceso Creativo (procedimiento según el cual creamos nuestra realidad), es aplicable a: Orientación académica, control de ansiedad, orientación laboral, orientación personal y transformación del ambiente universitario.

**Aforo limitado. Es necesario inscribirse [AQUÍ](#)**

**Más información: [apoyo.decanato.cctrabajo@uca.es](mailto:apoyo.decanato.cctrabajo@uca.es)**