

CREANDO MI PROPIA NARRATIVA

METODOLOGÍA:
AMBIENTE INFORMAL Y RELAJADO,
DINÁMICA INTERACTIVA Y
PARTICIPATIVA CON CHARLAS
BREVES Y EJERCICIOS. INCLUYE
MATERIAL DE APOYO- CARPETA,
LECTURAS Y FICHAS CON LOS
EJERCICIOS. AL TERMINAR EL
CURSO TE ENTREGAMOS UN
CERTIFICADO.

DURACIÓN:
12 SEMANAS
1 VEZ A LA SEMANA POR 3 MESES
HORARIO: 6:30PM-9:30PM
FECHA DE INICIO: PRÓXIMAMENTE
INCLUYE: COFFEE BREAK DE 15 MIN
(CAFÉ, TÉ, Y AGUA)

CONTÁCTANOS

whatsapp: 1+(849)-247-8091
instagram: @drvicentevargas
www.drvicentevargas.com



CURSO-TALLER

EL ARTE DE SOLTAR

DEJANDO IR PARA
SER LIBRES



**FACILITADOR:
DR. VICENTE VARGAS
MÉDICO-PSIQUIATRA**

Especialidades:

Psicoterapia, Análisis Transaccional,
Terapia Contextual y Ética,
Terapia Familiar Sistémica,
Terapia de Pareja y Sexual;
Bioética y Psicofarmacología;
Administración Pública.

Presidente de la Sociedad Dominicana
de Psiquiatría 2012-2014; Presidente
del Congreso de Psiquiatría Centro
Americano y del Caribe 2013-2014.

Instructor de grupo y asesor de
empresas públicas y privadas en
comportamiento organizacional y
bioeticista con más de 40 años de
experiencia en terapia y facilitador de
grupos de desarrollo humano.

*“El arte de soltar consiste en
liberar aquello que nos ata y
abrazar la libertad que surge al
dejar ir. Al soltar, abrimos
espacio para el crecimiento, la
paz y el descubrimiento de
nuestro verdadero propósito.”*
Dr. Vicente Vargas

PROGRAMA

EVALUANDO MÍ ENTORNO

EVALUAR COMO LO QUE TE
RODEA AFECTA TU BIENESTAR Y
CRECIMIENTO

AVANZANDO A PESAR DE LAS CRÍTICAS

ENTENDER LA CRÍTICA
EL DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA
REENFOCAR LA PERSPECTIVA
LA PRÁCTICA DE LA RESILIENCIA

ENCONTRANDO MI VOZ

VIVIR CON PROPÓSITO
¿TIENE MI VIDA SENTIDO Y
DIRECCIÓN?
CÓMO ENCONTRAR PASIÓN Y
PROPÓSITO
LA IMPORTANCIA DE TENER UN PLAN
DE CRECIMIENTO PERSONAL
LLAMADO A LA ACCIÓN PARA SER
PROACTIVOS PARA ENFRENTAR LOS
NUEVOS TIEMPOS

CONECTARSE A UNA MISIÓN