

# PRIMA

Abrazando nuestra esencia



AUTOESTIMA  
EMOCIONES  
INTELIGENCIA  
MEDITACIÓN  
DANZA PRIMAL  
INICIATIVA







*Necesidades de autoafirmación, de seguridad, de compañía,  
de comprensión, de afecto, de equilibrio, de pertenencia, de  
respeto, de confianza, de reconocimiento, parecen ser algunas  
de las más importantes carencias de nuestro tiempo.*

*Joel Muñoz*



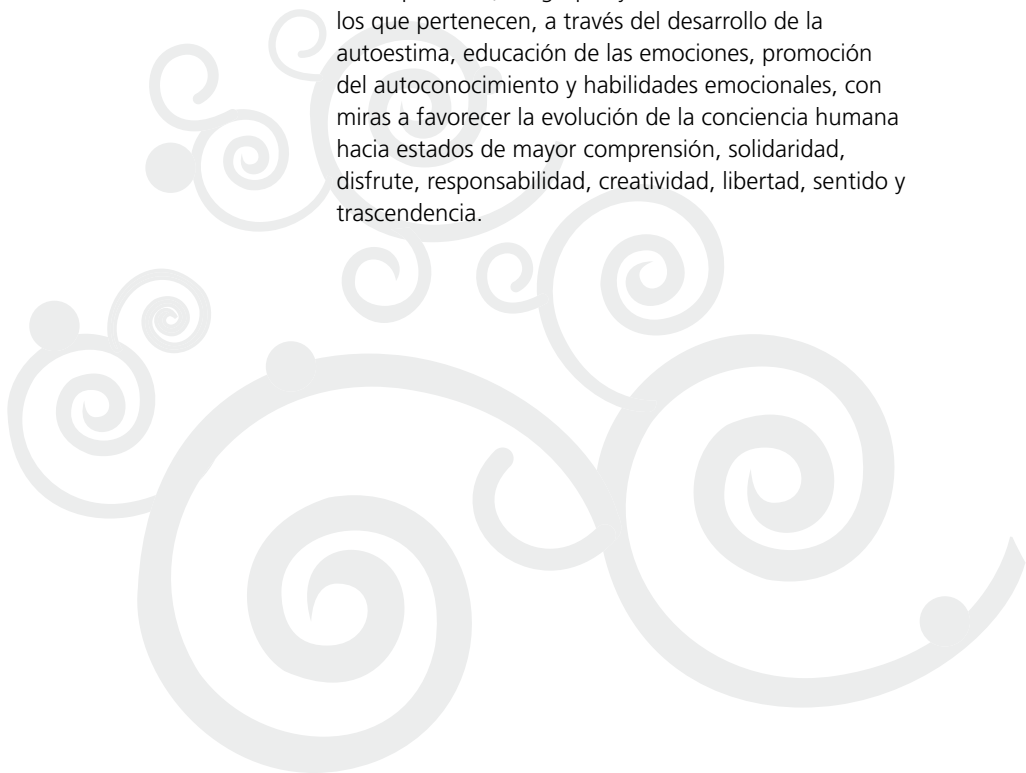


## *1. Presentación:*

Somos un grupo de consultores especializados en Psicología Transpersonal dedicados al desarrollo de las personas. Construimos un espacio de aprendizaje personal, de desarrollo de las potencialidades en el ámbito de las emociones y capacidades básicas de cada ser humano.

En los talleres los participantes desarrollan capacidades y habilidades, a través de ejercicios y prácticas, observación, reflexión y análisis, enfocados a integrar y potenciar los procesos personales.

Nuestro objetivo es contribuir al desarrollo integral de las personas, los grupos y las instituciones a los que pertenecen, a través del desarrollo de la autoestima, educación de las emociones, promoción del autoconocimiento y habilidades emocionales, con miras a favorecer la evolución de la conciencia humana hacia estados de mayor comprensión, solidaridad, disfrute, responsabilidad, creatividad, libertad, sentido y trascendencia.





## 2. Nuestra base e inspiración

Nos basamos en los modelos que integran las miradas femeninas, ecologistas, multiculturales, multirraciales y multirreligiosas formulados por Ken Wilber, Stanislav Grof, Fredy Kofman, entre otros. Y en tecnologías que integran el cuerpo, la emocionalidad, la afectividad, el lenguaje, la creatividad, la razón, la intuición, el Ser y la trascendencia.

Los modelos que nos guían son:

- El modelo Visión Integral (también llamado Enfoque Integral y Modelo Integral) de Ken Wilber.
- El Modelo Interacciones Primordiales creado por Daniel Taroppio
- Modelo de Siete Capacidades Básicas

Nuestros inspiradores:



*Stanislav Grof, Alexander Lowen, Fredy Kofman, Gabrielle Roth, Norberto Levy, Indra Devi, Edward Bach*



### 3. Contexto

La creación y nutrición de espacios de encuentro

El aprendizaje experiencial.

Enfocamos nuestro trabajo en los aspectos sanos de las personas y grupos, y procuramos maximizarlos. Nos desempeñamos en un área de trabajo que integra lo humano, lo social, la comunicación y la salud.

La esencia de nuestra formación es el auto conocimiento y el propio desarrollo integral. Este entrenamiento vivencial amplía nuestra capacidad de comunicación y empatía con los demás.

A través de la creación de un clima de confianza y cuidado promovemos la apertura emocional, la comunicación intrapersonal y la autoconciencia, facilitamos el encuentro de las personas, el desarrollo del espíritu lúdico y la expresividad.

En este contexto, estimulamos el aprendizaje personal a través del descubrimiento de las propias potencialidades, reforzando el auto conocimiento y la autoestima. También ayudamos a los participantes a tomar conciencia y contacto con sus propios recursos, para poder así desarrollar la competencia emocional necesaria para manejar mejor sus vínculos tanto en su entorno personal como laboral y social.

Con nuestro trabajo desarrollamos la integración de las personas que abarca lo biológico, psicológico, cultural y social, el aprendizaje afectivo, la comunicación empática y efectiva, además de la resolución de conflictos internos, fortalecimiento de la confianza y autonomía, y desarrollo de soportes internos. Asimismo aportamos elementos para una mayor conciencia corporal, concentración y sensibilización, como también modificamos conductas grupales a través del diseño de estos talleres vivenciales.

## 4. Servicios

Tenemos cuatro diferentes formas de intervención, a través de talleres

- Organizacionales
- Desarrollo Personal
- Talleres Específicos
- Comunicación y Creatividad

y a través de consultorías individuales donde potenciamos las habilidades sociales, inteligencia emocional, liderazgo personal y grupal, y competencias comunicacionales.

- Consultoría en Psicología Transpersonal
- Terapia Floral orientada a acompañar los procesos personales y a equilibrar estados emocionales y mentales.
- Terapia Reiki orientada al crecimiento personal y espiritual.
- Análisis de la Carta Astral orientado al desarrollo personal a través de la revisión de fortalezas y debilidades personales.

## Talleres



### **Organizacionales**

Con nuestro trabajo desarrollamos la integración de las personas que abarca lo biológico, psicológico, cultural y social, el aprendizaje afectivo, la comunicación empática y efectiva, además de la resolución de conflictos internos, fortalecimiento de la confianza y autonomía, y desarrollo de soportes internos. Aportamos elementos para una mayor conciencia corporal, concentración y sensibilización.

- Desarrollo de competencia emocional
- Taller de Autocuidado
- Mejoramiento de Clima Organizacional
- Manejo del estrés
- Adaptación al cambio
- Taller de Apresto
- Autoestima en el trabajo
- Perspectiva de género



## **Desarrollo Personal**

A través de la creación de un clima de confianza y cuidado promovemos la apertura emocional, la comunicación intrapersonal y la autoconciencia, facilitamos el encuentro de las personas, el desarrollo del espíritu lúdico y la expresividad. Estimulamos el aprendizaje personal a través del descubrimiento de las propias potencialidades, reforzando el auto conocimiento y la autoestima.

- Competencia Emocional
- Reconociendo la Pareja Interior
- Resolución Conflictos Internos
- Danzando con la Sombra





### **Talleres específicos**

En estos talleres, destinados a todo público, aprenderemos a incorporar técnicas orientadas a conocer el arte de la relajación y la meditación.

La Meditación ejerce un efecto calmante a nivel físico, emocional y mental y nos ayuda a interactuar con los desafíos de la vida cotidiana en forma más efectiva y eficiente.

Tiene propiedades antiestrés, eleva los niveles de concentración y aumenta los estados de armonía emocional, lo que se traduce en una mejor calidad de vida y satisfacción con nosotros mismos y los que nos rodean.

- Presente en el presente (Introducción a la meditación)
- Relajación



## **Comunicación y Creatividad**

Los talleres creativos y comunicacionales están destinados todo público, tienen como objetivo principal entregar herramientas de relajación que dan pie al proceso natural de comunicación entre las personas y por ende con uno mismo.

Saber detenerse en el día a día, mirar el entorno con otros ojos nos permite sentir y crear desde otro lugar planteando ideas nuevas y formas de comunicación más asertivas.

- Todos somos creativos
- Desde donde me comunico?





## 7. Contacto

**Patricia Vera Osses**

Tel. 2- 235 54 64

Cel. 09 599 80 95

**Cecilia Tassara**

Cel. 09 338 70 56

**Claudio Tejos**

Tel. 274 91 11- 415 17 33

Cel. 09 699 96 62

[www.izanuestraesencia.com](http://www.izanuestraesencia.com)









