



Practitioner en PNL

Amplía opciones en la calidad de vida



Versión Santiago 2012

¿Sería bueno para ti potenciar alguna de estas habilidades ?

Habilidades de comunicación
Efectividad en el logro de los propósitos
Inteligencia emocional
Manejo de estrés
Flexibilidad en tu comportamiento
Autocontrol
Excelencia en el uso de las propias habilidades
Inteligencia social
CREATIVIDAD
Rapidez en el aprendizaje
Sensibilidad y empatía
RELACIONES INTERPERSONALES
Liderazgo visionario y motivador

**Gestor te invita a esta amplia experiencia de aprendizaje.
Dale la Bienvenida al 2012...
A aprendizajes significativos en tu calidad de vida.**

¡Bienvenid@s!



Curso de Formación Practitioner en PNL Santiago 2012

La PNL se inspira en que tú, nosotros, tus amigos y todas las personas poseemos el potencial para vivir en calidad y alegría. La clave está en acceder a estos vitales recursos en cada uno de nosotros, "tenerlos a la mano" y ser capaces de manifestarlos en la cotidianeidad. APRENDER DE LO MEJOR está en el origen de la PNL. Richard Bandler y John Grinder, sus creadores, quisieron aprender del éxito de tres terapeutas: Virginia Satir, Milton Erickson y Fritz Perls, en sus estilos de comunicación y ayuda efectiva. Con certeza, no imaginaron lo fecundo de esta primera gran intuición, pues a la fecha han sido muchos los descubrimientos de patrones neurolingüísticos asociados a comportamientos efectivos. Robert Dilts, Judith DeLozier, Steve Gilligan, Leslie Cameron, Steve Andreas, Connirae Andreas, David Gordon, Sid Jacobson, Tim Hallbom, Suzi Smith y otros, han contribuido significativamente al desarrollo de esta disciplina. Existe una literatura extensa y modelos que nos guían hacia la excelencia de la vida humana.

El énfasis es aprender de lo que resulta bien.

En Gestor encontrarás innovadores procesos de desarrollo personal, particularmente en el área del liderazgo, creatividad, comunicación, inteligencia emocional y desarrollo de calidad de vida. Cada una de las intervenciones está diseñada según las necesidades específicas y son rigurosamente implementadas en base a modelos de excelencia derivados del campo de la psicología, especialmente PNL.



Dilts/NLP University Academy
Global Training and Consulting Community



Gestor está afiliado a NLP University, USA. Uno de los centros más prestigiados a nivel mundial, liderado por Robert Dilts y Judith DeLozier, destacados trainers e investigadores en los desarrollos contemporáneos de PNL. Pertenece al Global Community of Trainer and Consultancy, dependiente de NLP University. Representamos en Chile a DeLozier and Associated International. Participamos de IASH, Centro de estudios avanzados en PNL.

Jessica Riveri es la Directora de Gestor, Psicóloga UC, Master Trainer en PNL, especialista en los nuevos códigos de la PNL (3a Generación) con más de veinte años de experiencia en psicología, con especialización en PNL de primera, segunda y tercera generación, Hipnosis, Terapia del Self y Constelaciones Familiares. Especialista en Investigación Cualitativa en Psicología. En sus inicios su desarrollo profesional fue como asesor de empresa en el área de las comunicaciones organizacionales; hace catorce años lidera Gestor, enfatizando el desarrollo del potencial humano. Directora de la Sociedad de Trainer y Coach en PNL, Gestor-Chile.

El Practitioner es el primer nivel de especialización en PNL. En él exploramos la esencia de este modelo: **Cómo opera la excelencia**. La formación gira en torno a dos preguntas fundamentales: existe un **¿Cómo?** hacer lo que tú deseas, facilitado por un amplio abanico de tecnologías que te permitirán aprender a gestionar con efectividad tus propósitos y un **¿Qué?**, que alude a la definición de proyectos personales de cada uno de los participantes. El eje es fertilizar tus proyectos, transfiriendo las tecnologías de PNL, potenciando la realización exitosa de ellos. En su desarrollo integra toda la riqueza de los desarrollos cognitivos de la primera generación de PNL, las aplicaciones en sistemas y relaciones propia a la segunda generación y, la profundidad en la exploración de la individualidad, derivada de los desarrollos modernos en esta disciplina.

Los manuales de todos los programas de Gestor están autorizados por **NLP University**, USA. El Master Practitioner (segundo nivel de formación) es un programa afiliado a Robert Dilts y Judith DeLozier, como directores de NLPU, donde recibirás un doble diploma: Gestor PNL Chile y NLP University.

Y junto con aprender tecnologías, siempre al estilo de Gestor, aprenderás a modelar e investigar la excelencia del comportamiento humano, pues nos interesa que no sólo aprendas PNL sino que tu camino de formación te lidere hacia la creación de nuevos modelos.

El Practitioner 2012 será liderado por **Jessica Riveri**, y tendrá como trainers invitados a **María Teresa Valenzuela**, Trainer en PNL, Enfermera Matrona, Docente e Investigador de la Escuela de Enfermería de la Pontificia Universidad Católica de Chile. María Teresa lidera el área de Salud de la Mujer en su etapa reproductiva, Adolescencia y Salud Comunitaria, enfatizando la investigación y formación en promoción de la salud en el ámbito de la Adolescencia. Y **Inge Henriksen**, Sico terapeuta con especialización en PNL y Terapia Analítica Jungueana, Master Trainer en PNL, NLP University, Directora de Nordisk NLP Akademi, Dinamarca. Inge lidera uno de los centros más prestigiados de formación de terapeutas y coaches donde integra PNL, Arquetipos y Terapia Jungueana.

*Dale la bienvenida al 2012...
A aprendizajes significativos en tu vida*



Es una invitación a personas,

- 🌀 Que deseen estudiar PNL,
- 🌀 Interesadas en ampliar su nivel de autoconocimiento,
- 🌀 Potenciar su desarrollo personal, profesional y/o social en pos de la calidad de vida, y
- 🌀 Con interés por liderar cambios personales hacia un desarrollo integral de sí mismo.

¿Qué aprenderás en el Practitioner?

- 🌀 Ampliarás la consciencia de tus patrones de percepción, atención y procesamiento de información, con el siguiente impacto en emociones, relaciones y motivaciones.
- 🌀 Identificarás contextos, metas, evidencias y planes de acción desde una estrategia efectiva de logro de objetivos.
- 🌀 Definirás objetivos bien formulados. Se ampliará tu proactividad.
- 🌀 Aprenderás a percibir la realidad social desde múltiples perspectivas, siendo hábil en propiciar entendimiento en las relaciones interpersonales. Se fortalecerá tu inteligencia social.
- 🌀 Comprenderás la incidencia motivacional a la base de la conducta, para gestionar cambios y un estilo de liderazgo motivacional.
- 🌀 Identificarás claves de congruencia motivacional. Se potenciará tu auto liderazgo.
- 🌀 Detectarás patrones lingüísticos que enriquecen la comprensión de los demás y el liderazgo, mediante el uso oportuno de la palabra.
- 🌀 Modelarás estrategias de excelencia. Cómo creamos, memorizamos, tomamos decisiones, aprendemos, creamos, etc. Desarrollarás competencias en el modelaje.
- 🌀 Serás hábil en aplicar diversos modelos de creatividad de alto rendimiento.
- 🌀 Liderarás la crítica, tanto de otros como de tu guía interior, como facilitador de la creatividad.
- 🌀 Afianzarás la inteligencia emocional, mediante el aprendizaje de técnicas de cambio y centramiento conductual.
- 🌀 Potenciarás el centramiento y congruencia, asociadas al bienestar personal y la fuerza motivacional referida a tus propósitos esenciales.
- 🌀 Favorecerás tu liderazgo personal y capacidad de transformar situaciones difíciles.

La PNL ofrece herramientas, técnicas y modelos de alto alcance, con aplicabilidad en variadas áreas: Salud y Calidad de Vida, Coaching, Liderazgo y Organización, Creatividad e Innovación, Educación y Aprendizaje. Todo esto será parte del Practitioner en PNL, año 2012.

Esto y mucho más... con tecnología actualizada en PNL.



Equipo de Trainers Practitioner 2012



Jessica Riveri Cerón

Directora de Gestor

Sicóloga UC

Master Trainer en PNL,

**integrante de la Comunidad Mundial de Trainer y Consultores en PNL,
NLP University, California USA.**

Especialista en PNL, Hipnosis, Terapia del Self y Constelaciones Familiares.

Directora de la Sociedad de Trainer y Coach en PNL, Gestor – Chile.

Sicóloga UC con especialización en PNL e Hipnosis, con más de veinte años de experiencia en aplicaciones de PNL. En un comienzo su quehacer profesional estuvo orientado principalmente al ámbito de las comunicaciones y personas en organizaciones. Asesor de Grandes Empresas en el área minera: Codelco, en todas sus Divisiones, Los Pelambres, entre otros. Desarrolla especialmente asesoría en Comunicaciones Estratégicas, en Liderazgo e Implementación de Políticas de Modernización de Gestión. Participa quince años como consultor - socio de Intero Consultores y se diploma en Gestión de Recursos Humanos en la Universidad de Santiago.

En 1998 crea GESTOR, centro de formación en PNL, representando en Chile a Dilts Strategy Group y Delozier and Associated Internacional. Sus programas son reconocidos por NLP University, California (USA).

Es Master en PNL, con especialización en Salud y Trainer en PNL en NLP University. Integrante de la Comunidad Mundial de Trainers y Consultores de PNL, dependiente de NLP University. California, USA. Diplomada en Técnicas Avanzadas de Hipnosis con Stephen Gilligan (USA), se especializa en Sicoterapia del Self. Diploma en Técnicas de Investigación Cualitativa aplicada a las Ciencias Sicológicas, Universidad de Chile. Con formación avanzada en Constelaciones Familiares en el Instituto de Constelaciones Familiares- Osho, Barcelona, España.

El año 2011 se diploma de Master Trainer, programa de formación que concita todos los nuevos desarrollos del área, siendo ésta la segunda versión que dicta NLP. Jessica, es Trainer afiliado a NLP



University. Sus programas de formación cuentan con material autorizado por este centro de estudio y, en el caso del Master, acceden a un doble diploma: Gestor PNL Chile y NLPU.

Actualmente dirige los programas de especialización en PNL, nivel Practitioner, Master Practitioner, Coach y Trainer en PNL, facilita talleres de desarrollo de habilidades, patrocina seminarios internacionales y se desempeña como psicóloga, proporcionando a las personas nuevas alternativas en su vida personal y profesional. Realiza asesoría individual, psicoterapia y constelaciones familiares.

Directora de la Sociedad de Trainer y Coach en PNL, Gestor – Chile. Agrupación que concita a todos los Trainer y Coach formados en Gestor, que hacen suya la misión de investigar, difundir y crear comunidades en base a la PNL.



Trainers Invitados



Maria Teresa Valenzuela Mujica

Enfermera Matrona

Trainer en PNL

Docente e Investigador

Universidad Católica de Chile

Socio Investigador Sociedad de

Trainer y Coach en PNL, Gestor-Chile.

Enfermera Matrona, 22 años de trayectoria profesional; 10 años de experiencia clínica en servicios de maternidad y neonatología y 12 años dedicados a la Academia realizando docencia en aula, clínica e investigación. Diplomada en Salud y Desarrollo Integral del Adolescente (2005), en Comunicaciones desde la afectividad en las relaciones familiares y laborales, Instituto Carlos Casanueva y futura candidata a Magister en Salud Pública, mención en Epidemiología, Universidad Católica Chile.

Trainer y Master Practitioner en PNL (Gestor, Chile), miembro de la Sociedad Chilena de Medicina Conductual y Psicología en Salud. Socio investigador de la Sociedad de Trainer y Coach en PNL, Gestor-Chile.

Con veinte años de profesión, tiene una vasta experiencia docente asistencial. Actualmente es profesora de la Escuela de Enfermería de la Pontificia Universidad Católica de Chile, donde lidera el área de Salud de la Mujer en su etapa reproductiva, Adolescencia y Salud Comunitaria y desarrolla una línea de investigación y formación en promoción de la salud en el ámbito de la Adolescencia. Miembro Activo de: Global Alliance for Nursing and Midwifery.

En la actualidad participa en tres proyectos de investigación en la Universidad Católica: Satisfacción con la educación recibida en las familias que participaron en el Programa “Familias Fuertes: Amor y Límites”, como Investigador Responsable, Evaluación del Programa Familiar de Prevención de Conductas de Riesgo en Adolescentes de 10 a 14 años: “Familias Fuertes: Amor y Límites”, como co-investigador y Evaluando la Modalidad integral de atención de parto y su relación con el bienestar materno. Y un estudio referido al impacto de intervenciones en multiniveles con PNL en el trastorno del Insomnio, en la Sociedad de Trainer y Coach en PNL, Gestor-Chile.





Inge Grethe Henriksen

**Master Trainer en PNL,
Sicoterapeuta,
Especialista en Terapia Jungueana,
Coach y Supervisor de Terapeutas y Coaches.
Dueña y Líder Nordisk NLP Akademi.**

Inga lidera Nordisk PNL Akademi en Silkeborg, Dinamarca. El propósito es dar formación profesional en PNL, Psicoterapia, Coaching, Facilitación y Consultoría. Se enseñan habilidades terapéuticas de PNL combinadas con Psicoterapia Analítica de Jung y Terapia Infantil. Guiada por su visión: "Juntos podemos sanar el mundo y mucho más".

Inge comenzó sus estudios de PNL en los años 90, en el programa de formación terapéutica liderado por Robert Dilts, Todd Epstein, Susan Nate, David Gordon, Matthew Tierney, Suzi Smith, Tim Hallbom, Ole Vadum Dahl, Robert McDonald, Tamara Andrea and Tad James. Posteriormente se especializa en Terapia Analítica y en Terapia de Juego- Arena, en el Centro de Jung en Copenhagen y desde entonces, su interés ha sido integrar la efectividad y profundidad de cada uno de estos modelos para abrir opciones de calidad de vida, desarrollo en transición, manejo emocional, conductual, cognitivo y somáticos, en su dimensión consciente e inconsciente.

Imparte capacitación desde 1993 en el Instituto Danés de PNL, donde el eje ha sido entrenar sicoterapeutas y dar supervisión. Actualmente, se dedica principalmente a su centro de formación, donde ejerce como Trainer, Supervisor, Terapeuta profesional y Coach empresarial. Inge da entrenamientos en danés e Inglés.

***Dale la bienvenida al 2012...
A aprendizajes significativos en tu vida***



TEMÁTICAS

MÓDULO 1

Creación de realidades

Durante este módulo aprenderás de la esencia de la PNL: creación de mundos. La idea es explorar la base de la experiencia humana, desde su dimensión sensorial, y desde allí abordar implicancias en el ámbito emocional y motivacional. Ir más allá del simplemente ver, escuchar y sentir la realidad, para profundizar en el diseño de patrones de excelencia. Aprenderás de estados emocionales y de patrones de inspiración en torno a objetivos.

MÓDULO 2

Yo y los demás

El énfasis de este módulo son las comunicaciones, con un énfasis en la creación de climas de confianza, conexión y apertura hacia el entendimiento. Aprenderás a ver la realidad desde diferentes puntos de vista, logrando empatía en las relaciones interpersonales. Podrás construir puentes de comunicación efectivos con diferentes personas, logrando conciliar motivaciones y percepciones disímiles. Serás hábil en establecer sintonía fina con diferentes interlocutores.

MÓDULO 3

Hacer y Ser

En este módulo revisaremos las motivaciones que definen nuestras conductas y síntomas, estimulando una comprensión en multi-niveles. Diferenciar preguntas específicas de exploración para abrir nuevas opciones de comportamiento, integrando una visión desde la inteligencia somática. Explorar la vivencia de ser, como un espacio fecundo de recursos y de congruencia y al mismo tiempo, como un contenedor de la vivencia emocional. El énfasis es potenciar tu capacidad de autoobservación y liderazgo emocional.

MÓDULO 4

Descubriendo el valor de la palabra

Este modulo está dirigido a identificar y establecer patrones lingüísticos de una comunicación efectiva, libre de ambigüedad y vaguedades, que interfieran la posibilidad de un entendimiento. Aprenderás a cómo plantearse de manera de expresar tus puntos de vista con claridad y captar los aspectos esenciales en el planteamiento de los otros. Incluye un trabajo en la estructura del lenguaje, la formulación de preguntas de acuerdo a los diferentes marcos de una situación de comunicación, lo que le permitirá potenciar la comunicación en contextos disímiles: familiares, emotivos y laborales. Son herramientas de lenguaje para estar en el aquí y en el ahora.

MÓDULO 5

Piloteando mis estados emocionales

A partir del modelaje de patrones neurolingüístico, aprenderás diversas maneras de cambio emocional y conductual. Maneras sencillas para cambiar estados, visiones y perspectivas en relación a tu vida. Serás capaz de precisar submodalidades y patrones de sintaxis somática a la base de comportamientos disfuncionales, abriendo opciones a nuevas prácticas, mediante un modelo de pensamiento sistémico.



MÓDULO 6

Estrategias de excelencia

La PNL se funda en el supuesto que es posible aprender sobre modelos exitosos, como lo fue en sus orígenes los terapeutas Virginia Satir, Milton Erickson y Fritz Pearl. Muchos de los desarrollos en PNL surgen de modelar a personas que hacen algo en específico BIEN. Aprenderás a cómo identificar patrones de excelencia en procesos cognitivos simples, como ortografía, y otros más complejos, como toma de decisiones, motivación, aprendizaje y creatividad.

MÓDULO 7

Creatividad de alto rendimiento

Robert Dilts nos ofrece una amplia gama de estrategias de creatividad, modeladas a partir de genios como Einstein, Da Vinci, Tesla, Disney, Freud, entre otros. Cada una de ellas aporta una poderosa manera de pensar al momento de crear soluciones, ideas o proyectos. En eje de este modulo es aprender estrategias de alto rendimiento en creatividad.

MÓDULO 8

Sosteniendo emociones difíciles

Durante este modulo aprenderás a resolver problemas y establecer lazos de entendimiento, especialmente en situaciones de divergencia y de conflicto. El énfasis es aprender y aplicar metodologías basadas en valores y creencias, para construir alternativas concretas de comunicación, que propendan a la congruencia y alineamiento en nuestro actuar, sentir y pensar. Al mismo tiempo, explorarás diversas maneras de enriquecer las opciones de conducta, especialmente en el ámbito emocional, a través de múltiples perspectivas y de centramiento.

MÓDULO 9

Creación de Sentido de Vida

El énfasis de este modulo será potenciar su capacidad de liderazgo personal e integración de los aprendizajes del programa. Aprenderás más de sí mismo y será una excelente oportunidad de enriquecer su integración y potenciar el éxito en la gestión de sus propósitos esenciales. Incluye un trabajo profundo en base a arquetipos en un contexto evolutivo.



Metodología Educativa

Cada una de las unidades temáticas se asume con una metodología que ha sido validada en nuestra experiencia formativa. Ésta busca de potenciar una experiencia de aprendizaje en multi - niveles. Es decir, que articule el ámbito experiencial, conceptual, en una perspectiva de la problematización, para facilitar un proceso de transferencia activa hacia la práctica cotidiana de los participantes. Fundamentada en el placer de aprender, una visión integral de las personas y el respeto a la individualidad de cada uno.

La metodología GESTOR incluye demostraciones, prácticas individuales y grupales, acompañamiento y climas de confianza y patrocinio. Durante las actividades de aprendizaje se realiza una atención personalizada de los participantes.

VALOR PROGRAMA PRACTITIONER

\$ 1.080.000.-

Puedes pagar hasta en 4 mensualidades y se conserva valor pago contado. Si te inscribes antes del 15 de enero 2012, optas al valor pago contado, en 12 mensualidades (la primera en enero). **Doce cuotas de \$ 90.000**

Facilidades	
12 cuotas	\$ 99.000 cada una
10 cuotas	\$ 115.000 cada una
6 cuotas	\$ 189.000 cada una

Duración: 144 horas presenciales.

Fecha de inicio: 29 de marzo de 2012
Fecha de término: 25 de noviembre de 2012

CUPOS LIMITADOS



Calendario 2012

SESION 1

Jueves 29 de Marzo, viernes 30 y sábado 31 de Marzo. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 18:00 hrs. *Jessica Riveri. Atención sábado jornada completa.*

SESION 2

Jueves 19, viernes 20 y sábado 21 de Abril. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 18:00 hrs. *Jessica Riveri y María Teresa Valenzuela. Atención sábado jornada completa.*

SESION 3

Jueves 17, viernes 18 y sábado 19 de Mayo. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 13:30 hrs. *Jessica Riveri y María Teresa Valenzuela.*

SESION 4

Jueves 21, viernes 22 y sábado 23 de Junio. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 13:30 hrs. *Jessica Riveri*

SESION 5

Jueves 26, viernes 27 y sábado 28 de Julio. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 18:00 hrs. *Jessica Riveri y María Teresa Valenzuela. Atención sábado jornada completa.*

SESION 6

Jueves 16, viernes 17 y sábado 18 de Agosto. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 13:30 hrs. *Jessica Riveri y María Teresa Valenzuela.*

SESION 7

Jueves 13, viernes 14 y sábado 15 de Septiembre. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 13:30 hrs. *Jessica Riveri y María Teresa Valenzuela.*

SESION 8

Jueves 4, Viernes 5 y sábado 6 de Octubre. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 18:00 hrs. *Inge Henriksen. Taller de Arquetipos. Atención sábado jornada completa.*

SESION 9

Jueves 18, viernes 19 y sábado 20 de Octubre. Jueves y viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 13:30 hrs. *Jessica Riveri*

SESION 10 Certificación

Martes 21, Miércoles 22, Jueves 23, viernes 24 y sábado 25 de Noviembre. Martes a viernes de 18:00 a 22:00 hrs. y sábado de 9:30 a 13:30 hrs. *Jessica Riveri*



Testimonios de algunos Practitioner

Una posibilidad de apertura y potenciación a nivel inter relacional, donde se va nutriendo la experiencia, y a la vez se va catalizando la consciencia de Ser. Para integrar y plasmar un nuevo bagaje en la interacción con el otro.

Rafael

Para mí el practitioner es un mundo nuevo que descubrí, es como cuando era niña y tus papás te enseñan cómo vestirse solo, como lavarte los dientes, etc. Son herramientas nuevas que uno no sabía que estaban pero al conocerlas y adquirirlas uno se da cuenta que te van a servir para toda la vida, y lo mejor o que marcó la diferencia fue el amor y cariño que se siente desde que uno los ve por primera vez.

Carolina

El practitioner es la parte inicial del estudio de la PNL, la cual entrega tecnologías que permiten al tomarlas, hacerlas conscientes dentro de uno. Con lo anterior la persona se puede empoderar y reconectar con ella misma, las otras personas y el sistema total. Gracias.

María Inés

Es un camino lleno de regalos, difícil de caminar pero con hermosos logros, un descubrimiento a la magia interior de la cual estamos formados, y que está oculta y sobre todo es un momento de amor donde todos somos seres humanos, creados por amor. Practitioner es vida nueva y sin duda el camino a la felicidad plena. Gracias.

Adriana

Tomar conciencia de mi emociionar, reconociendo cómo se manifiestan las emociones en mi cuerpo y poder acogerlas en su dimensión, tal cual son. Es el inicio del camino hacia el autoconocimiento y la autoaceptación, para disfrutar de la vida en total plenitud.

Gerda.

Es una mochila llena de cosas útiles, que no pesa nada y sin embargo acompaña en todos los caminos entregando todos los elementos necesarios para llegar a destino.

Romina

Elementos que aportan a la reflexión y a hacer más conscientes los actos del día a día.

Mauricio.



El practitioner es un conjunto de semillas que deberán germinar en el momento necesario para ampliar los campos de acción en el ámbito del autoconocimiento y en la relación con los demás, con el objetivo de mejorar la calidad de vida en una forma más ecológica, ampliar el mundo y la capacidad de vivir mejor en él.

Isabel.

Es un conjunto de herramientas que me han permitido comenzar a conocerme, a valorar mis recursos, a cambiar el foco desde el estado problema al estado deseado, entender más a los otros y por lo tanto, ser más tolerante y flexible. Me ha permitido fluir más, ser una persona positiva y ser más feliz yo y hacer felices a las personas que me rodean. **Luis.**

