

UNIVERSO EMOCIONAL

¿Qué es Universo Emocional?

Universo Emocional está compuesto por dos grupos terapéuticos, *Galaxia Emocional Alfa* y *Galaxia Emocional Beta*.

Enfocados a descubrir y aprender a gestionar las emociones.

Objetivo

- Identificar, comprender y nombrar tus emociones
 - Crecimiento emocional
- Percepción y comprensión de las emociones de los demás
- Recursos para poder expresar tus emociones de forma asertiva

UNIVERSO EMOCIONAL

¿Cómo lo voy a conseguir?

Visualizaciones
Relajación
Arteterapia
Meditaciones guiadas

Duración y coste

Duración: 6 meses cada Galaxia

Precio: 250€ cada Galaxia

Sesiones quincenales

Facilidades de pagos fraccionados y estudio de casos con dificultades económicas.

*No es necesario apuntarse a Alfa para poder participar en Beta y viceversa.

