



VALORACIÓN DEL TALLER

“Experience SOUCAN”:

Nombre del Taller: LA FELICIDAD Y EL ÉXITO SE ENTRENAN

1. ¿Qué ha impulsado tu decisión de apuntarte al taller?

Tener ganas de aprender y conocer técnicas con las que potenciar las habilidades y saber cómo puedes influenciar en tu propio éxito.

Conseguir herramientas para encontrar un camino más sencillo y principalmente seguir conociéndome a mí misma viviendo una experiencia más.

Mis ansias de auto-conocerme y mejorar como persona.

Mejora de habilidades. Autoconocimiento.

Buscar herramientas para el éxito y la felicidad.

La temática y la disponibilidad.

Actualizar mi entendimiento de mis posibilidades.

2. ¿Qué es lo que más te ha interesado del taller? ¿Y lo que menos?

Las actividades “activas”. En las que nos hemos levantado.

En general todo es útil y con todo ello llevarte a una reflexión y moderación de conductas diarias.

Que he aprendido a conocerme y llevarme hacia un estado más óptimo.

Las dinámicas de grupo como forma de aprendizaje con ejemplos. Lo que menos algunos conceptos teóricos muy técnicos.

Saber cómo llegar al objetivo que quieres teniendo herramientas para poder conseguirlo. Que sea tan teórico es lo que menos me asustada.

Más evaluación continua de los contenidos y dinámicas de desarrollo personal.

Adquisición de herramientas.

3. ¿Qué te ha aportado personalmente la participación en el taller?

Breve descripción:

Serenidad para tomar decisiones.

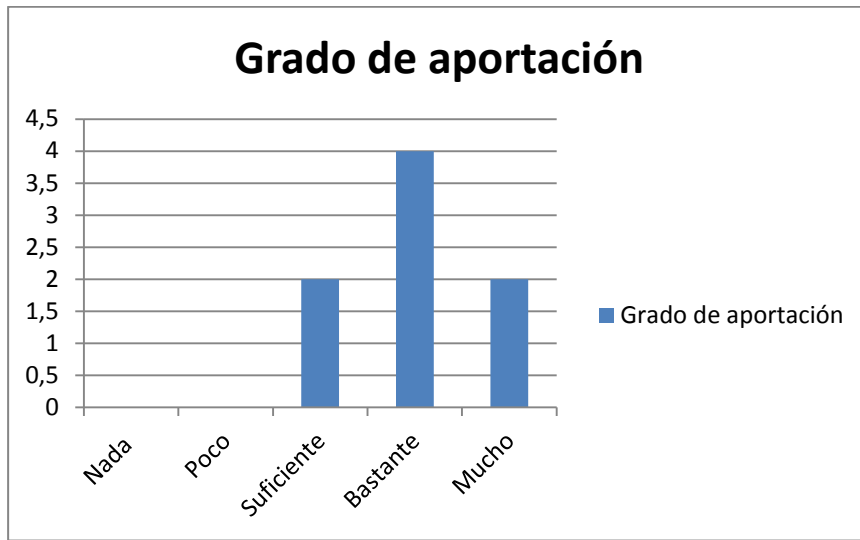
Me ha ayudado a ver mi día a día de otro modo. Es decir, cuestiones con las que antes podía ver obstáculos...plantearme el camino como oportunidad.

Técnicas muy útiles en el día a día.

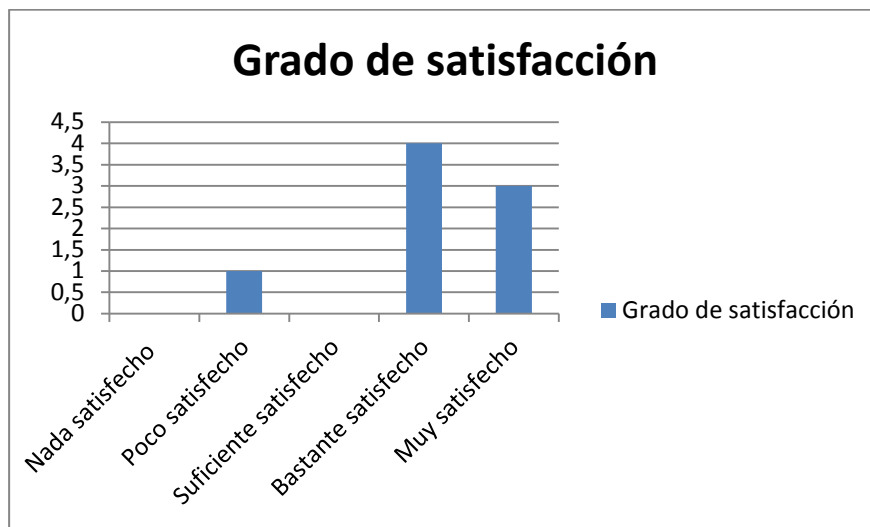
Reafirmación de conocimientos sobre coaching y aprendizaje para el día a día.

Saber desenvolverme en ciertas situaciones.

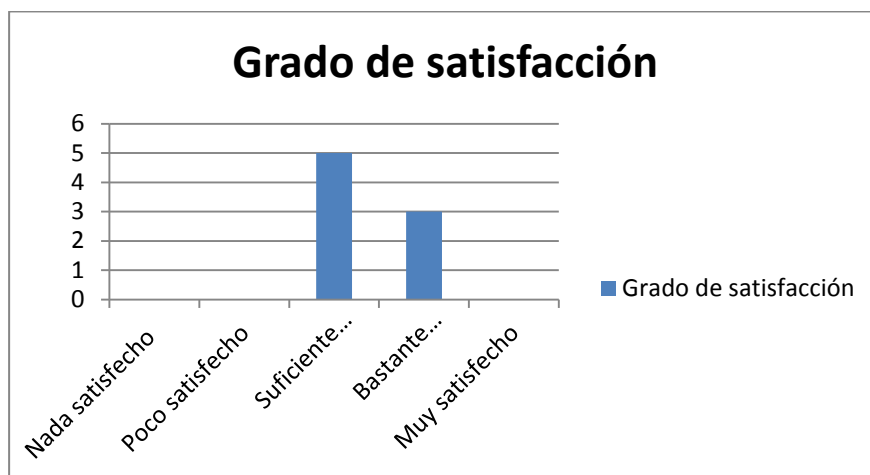
Reflexión en general. Puesta en valor de recursos y habilidades, herramientas y estrategias.



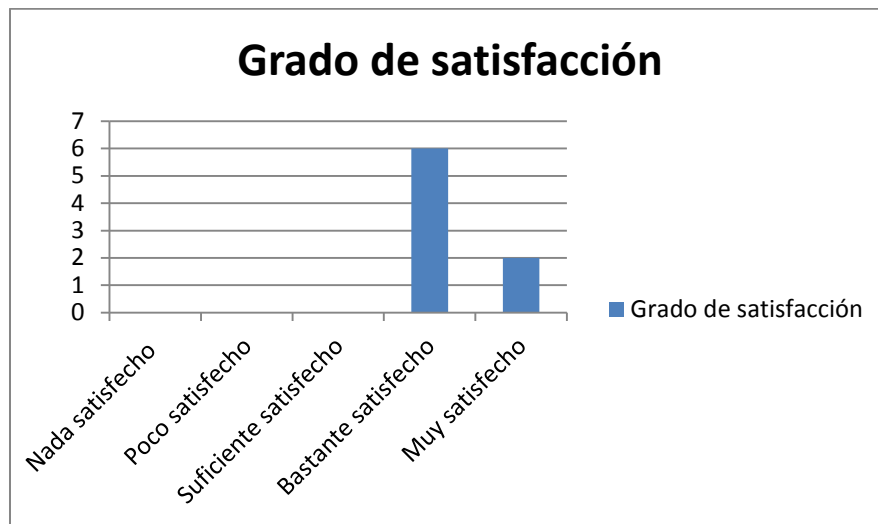
4. Formato del taller: metodología, contenidos, actividades y dinámicas.



5. Formato del taller: Temporalización (Nº horas, distribución...)



6. Formato del taller: Espacios y materiales



7. Propuestas de mejora o sugerencias:

Podría mejorarse el tiempo o fechas en las que se dan, es decir, más duradero y más contenido.

Reorganizar los horarios y días para poder llenar una mejor cantidad.

Hacer más dinámicas y que sea más participativo.

Horario (menos horas, horarios mediodía, intensivos).

Más días y menos horas/día. Tres días creo que son demasiados.

8. Valora globalmente el taller.

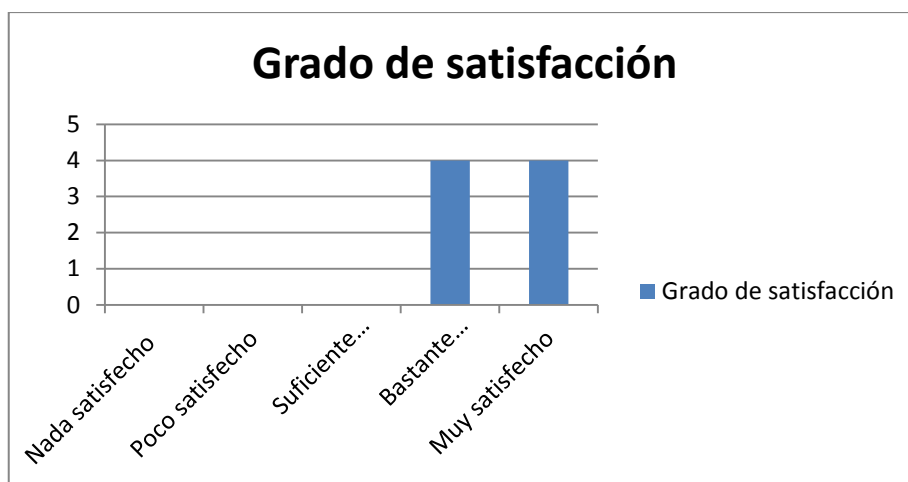
Breve descripción:

Entretenido, dinámicas interesantes.

Tiene aprendizajes muy útiles.

Buena comunicación.

Relación con personas de distinta edad, profesión y formación.



9. ¿Qué otros cursos o talleres de desarrollo del ámbito personal, profesional y laboral estarías interesado en realizar?

Autorregulación e inteligencia emocional.

Regulación de las emociones y del estrés.

Asertividad, Coaching e Inteligencia Emocional.

2ª charla de "potencia tu mente". Demasiada información de golpe y necesidad de profundizar más.

Comunicación.