

lunes, 16 de noviembre de 2015

# TALLER EDUCACIÓN: ¿Qué hace una persona como tú en un sitio como éste?



[p://www.bonares.es/export/sites/bonares/es/.galleries/noticias/Taller-Educacion.jpg](http://www.bonares.es/export/sites/bonares/es/.galleries/noticias/Taller-Educacion.jpg)

El pasado Jueves, día 12 de Noviembre, a las 18 horas, se llevaba a cabo en el Teatro Cine Colón de Bonares, un taller, organizado por la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Bonares.

El acto comenzaba con la presentación del mismo de la mano de la Concejala de Educación Sofía Rodríguez Toro, quién agradeció a todos/as los presentes la asistencia al mismo, además de aclarar que su idea, y la de su equipo de gobierno, es la de fomentar todo este tipo de actividades para potenciar el desarrollo personal, al que tan poco caso hacemos dada la vida que llevamos de estrés y de muchas ocupaciones.

A continuación, comenzaban la ponencia en primer lugar Rosa R. del Tronco, psicóloga, formadora y Coach, quién de una forma muy atrayente hizo reflexionar a todos los asistentes con preguntas como : ¿quién soy?, ¿Dónde estoy? ¿Qué me hace especial?...

Fue una charla, donde se intercambiaban opiniones y puntos de vista entre los coach y los asistentes, además de realizarse diferentes ejercicios, que invitaban a la reflexión, al autoconocimiento y conocimiento de los demás.

En segundo lugar, el coach Antonio Rodríguez López, nos hizo ver que tenemos que tener unos objetivos personales en nuestras vidas, y que tenemos que luchar por ellos, aunque nos encontremos con adversidades en el camino.

La finalidad del taller, y la conclusión del mismo, transmitía básicamente que tenemos que hacer un esfuerzo y conocernos nosotros mismos, plantearnos qué vida queremos, y qué tenemos que hacer para conseguirlo. Que no podemos mirar a otro lado, pues la vida va pasando y a veces no estamos dónde o cómo queremos estar.

Con este tipo de talleres se pretende conseguir el crecimiento y la realización personal a través del autoconocimiento y la autorreflexión. El objetivo es que la persona tome conciencia de sí misma para poder así, potenciar sus cualidades y virtudes, y mejorar aquellos aspectos con los que no se sienta a gusto. El resultado final es lograr el bienestar emocional y aumentar el grado de satisfacción con uno mismo y con la vida.