

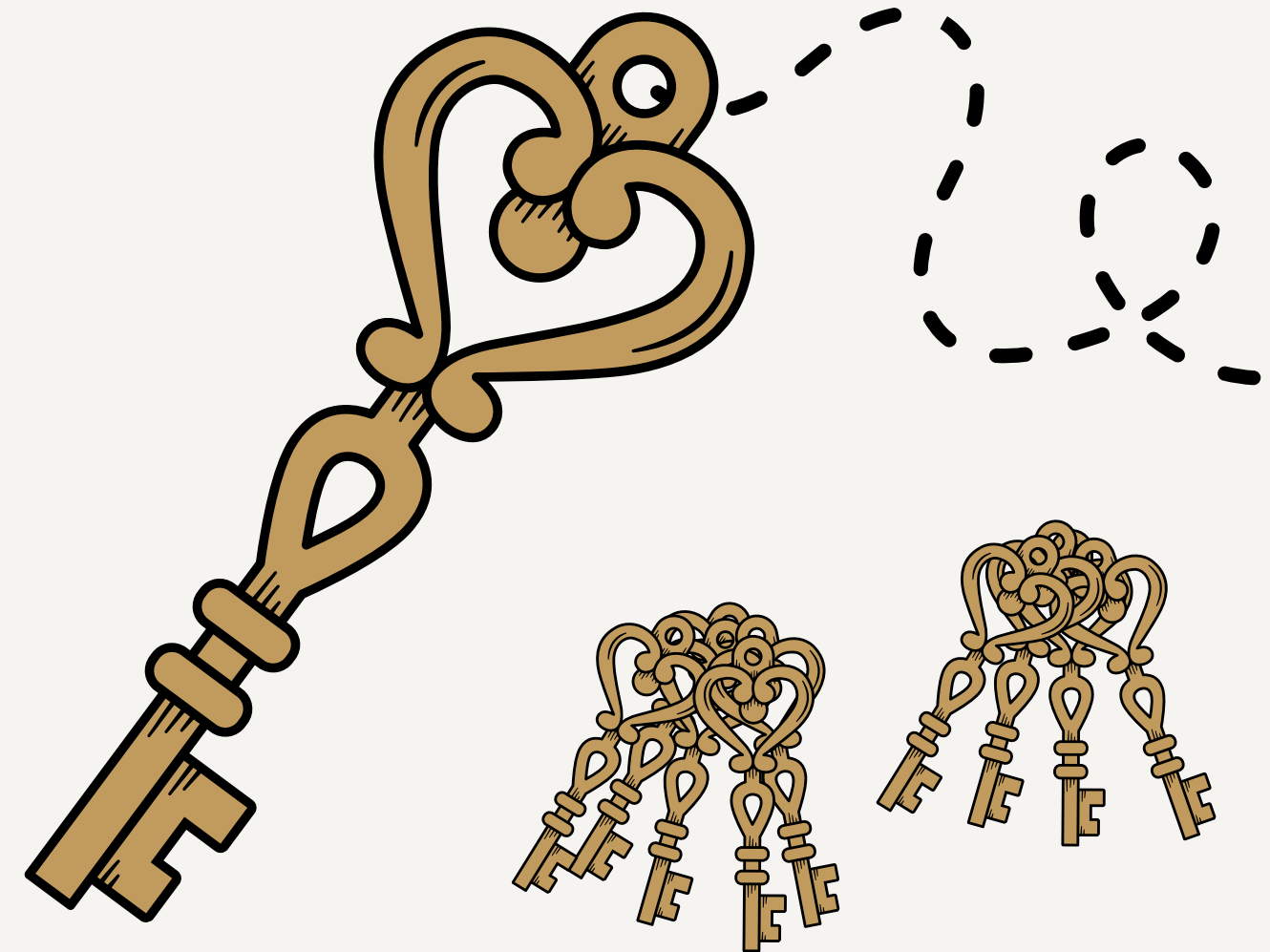
Las 10

LLAVES

Para abrir las puertas  
dentro de ti

Escuela Ontocrática

Curso 2024



# Introducción

La Escuela Ontocrática inició su andadura con la creación del curso taller “Las 10 llaves” el cual tiene como objetivo incrementar nuestro nivel de consciencia así como adquirir las herramientas necesarias para la vida del día a día, mejorando nuestras relaciones personales y profesionales.

Tiene como premisa principal el conocimiento de un@ mism@ como punto de partida para cualquier dinámica social y personal.

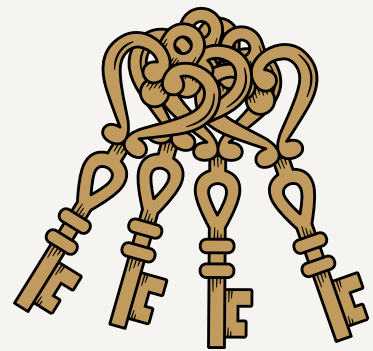
# Itinerario



\*Este programa puede estar sujeto a modificación en un futuro

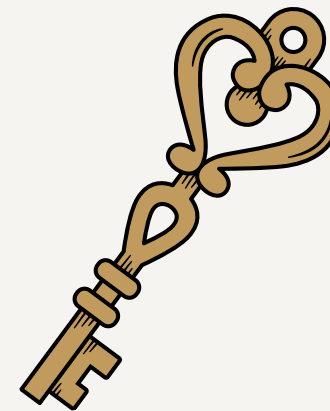


# M1: Autodescubrimiento



## DÍA 1

En esta primera clase haré una introducción histórica a las habilidades blandas haciendo hincapié en los motivos por los cuáles son tan útiles y funcionales para mejorar nuestra calidad de vida.



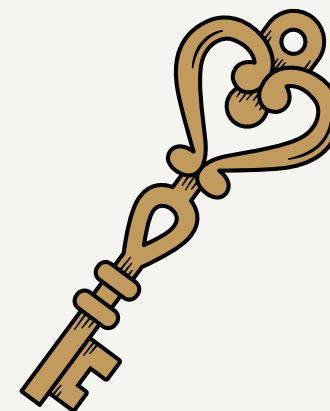
## DÍA 3

Reflexionaremos sobre el propósito de vida y otros conceptos relacionados para sentar las bases de lo que será un cambio de paradigma social.



## DÍA 2

Haré una breve descripción de la naturaleza del ser humano desde un enfoque integrativo: mente - cuerpo - corazón. Trataremos conceptos básicos sobre autoconocimiento personal.



## DÍA 4

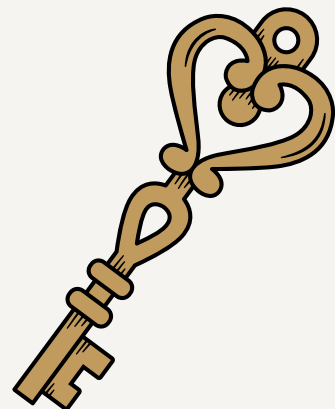
Explicaré el origen y las causas que residen detrás del miedo al cambio. Veremos posibles formas de afrontarlo con el fin de entender mejor los atributos naturales de la vida en la Tierra.

# M2: TRABAJO EN EQUIPO



## DÍA 5

Sentaremos las bases del trabajo en equipo desde el punto de vista de relaciones humanas de la vida cotidiana, entendiendo que todo empieza en el individuo. Mencionaremos una por una, las cualidades que hacen que las personas tengan relaciones saludables entre ellas.



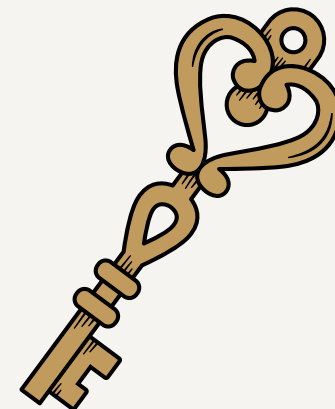
## DÍA 6

Reflexionaremos sobre el poder, la confianza y otros términos relacionados. Cuestionaremos juntos lo establecido como normativo para mejorar la sociedad en la que vivimos partiendo de la premisa de que tod@s somos valios@s.



## DÍA 7

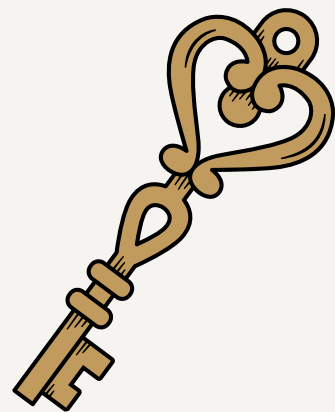
Aprenderemos sobre los orígenes de la productividad, y reflexionaremos sobre cómo podemos redefinirla de manera que no afecte a nuestra salud.



## DÍA 8

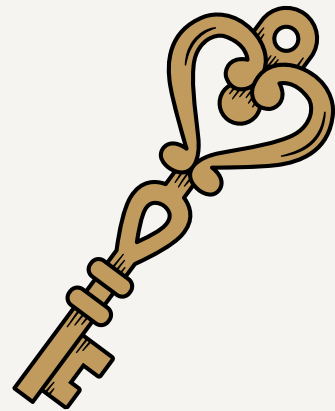
Explicaré la importancia de sanar nuestras emociones para no proyectar nuestros problemas en los demás. Aprenderemos sobre empatía y comprensión.

# M3: AFRONTANDO LA DIFICULTAD



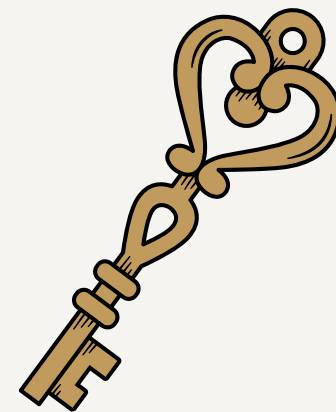
## DÍA 9

Buscaremos las causas principales de los conflictos humanos y reflexionaremos sobre cómo podemos evitarlos.



## DÍA 10

Identificaremos los principales obstáculos a la hora de tomar decisiones tanto individuales y grupales. Veremos qué características debe tener la decisión óptima.



## DÍA 11

Veremos en qué situaciones podemos aplicar la imaginación y cómo desarrollarla si nos hemos atascado.



## DÍA 12

Haremos un repaso de todo lo aprendido durante el curso, interconectando las distintas habilidades. Experimentaremos una toma de consciencia sobre cómo aplicarlas en el día a día y sobre nuestra responsabilidad individual.