TRABAJO PARA LA SEMANA 2

Ejercicio 1

- Hacer un resumen de lo que has aprendido en el día de hoy y escribirlo en el grupo de Facebook

(resumen en video o escrito)

(dentro de las primeras 24 horas)

Ejercicio 2

- Imprimir y leer los manuales de hipnosis conversacional y método H.O.P.E del curso de hipnosis efectiva online

Ejercicio 3

- (Se abre grupo de whatsapp y abrir cuenta en https://calendly.com/es)

Prácticas del ciclo de hipnosis (evitar hacer terapia todavía. Solo ciclo de hipnosis, fórmula, sugestiones positivas y salida)

- NOTA: El grupo de whatsapp es solo para PRÁCTICAS de los alumnos de esta formación.

Las preguntas se hacen en el grupo de Facebook o durante la clase siguiente.

- No poner noticias ni mensajes, ni saludos de cortesia, ni felicitaciones. (Para evitar colapsar el grupo)

SOLO SE UTILIZA PARA COORDINAR PRÁCTICAS ENTRE ALUMNOS

Ejercicio 4 (trabajo mental diario)

- Visualiza tu nuevo “yo” diario y piensa cada día lo que puedes empezar a hacer diferente y fuera de tu zona de comfort para conseguir lo que deseas (Practicar entre 1-5 minutos al día)

NOTA: Piensa en la persona en que te gustaría convertirte durante y después de esta formación. Imagina y describe donde te imaginas dentro de 3, 6, 12 meses.