



💡 Acuerdos de Aprendizaje Eightvolution Spa

1. Dedicar un momento para ti cada día.

Durante este mes, reserva unos minutos diarios para avanzar en el curso. Apaga las distracciones, desconéctate de las redes y concéntrate en ti. Aprender es una forma de autocuidado, y el impacto en tu bienestar y tu calidad de vida será notable.

2. Participa activamente.

Toma notas, reflexiona, haz pausas cuando necesites y anota tus dudas. Si algo no queda claro o quieres profundizar, escríbenos un correo a javiera@eightvolution.com. Estamos aquí para acompañarte en tu proceso de aprendizaje.

3. Cree en tu capacidad de aprender.

La neurociencia demuestra que el cerebro cambia cada vez que aprendes algo nuevo: se crean conexiones, aumenta la memoria, mejora el estado de ánimo y se fortalece la autoconfianza. Cada pequeño avance tiene un gran impacto.

4. Aplica lo que aprendas.

El verdadero aprendizaje ocurre cuando llevas las ideas a la acción. Prueba una herramienta, comparte una reflexión o incorpora una técnica en tu día a día. Así transformarás el conocimiento en resultados reales.

“El aprendizaje no cambia lo que eres, amplía lo que puedes ser.”