



CURSOS DE FORMACIÓ CONTÍNUA SUBVENCIONADA

DIRIGITS A TREBALLADORS EN ACTIU



CURS DE TÈCNIQUES EN COACHING - - - FS2016/0692

30 Hores

Preu: 100% Subvencionat

Dates: 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28 i 30 de març.
5 i 7 d' abril.

Horari: dimarts i dijous de 17:30 a 20:30

Els cursos s'impartiran a les aules
de GONCAL Formació:

Carretera d'Esplugues, 44 de Cornellà - 08940

TEMARI

Presentació. Introducció al coaching: història, conceptes i definicions. Dinàmiques de selecció per a un procés de coaching i a la "Roda de la vida". Diferències entre el coaching i altres disciplines. El procés de coaching i altres disciplines. El procés de coaching. Tipus de coaching. Dinàmica per definir objectius. Objectius i compromisos. habilitats del coach. El rapport i el calibratge. Dinàmica de calibratge. L'escolta activa. Dinàmica d'escolta activa. El Pla d'Acció. Dinàmica d'un procés de coaching. Coneixement personal: valors i creences. Dinàmica de valors, detecció de creences i creences limitades. Pensaments i emocions: regles de la ment. Generació d'alternatives. Desenvolupament de la creativitat. Gestió dels bloquejos de la ment. Emocions limitants. Dinàmica d'intel·ligència emocional. Gestió de les emocions limitants. Dinàmiques per a la gestió d'emocions limitants. Comportaments limitants: autosabotatges, victimisme i la procrastinació. La motivació cap a l'acció, quadre de comandament integral. Superació de crisis vitals i gestió del canvi. Planificació, programació i gestió del temps. Pla d'acció i posada en marxa. Valoració del curs.

Impartit per: Neus Ferrer i Cristina García.

Llicenciades en Psicologia, Universitat de Barcelona. Socio-Consultor NC Consulting RRHH, S.L.

Aquest curs està dirigit a treballadors en actiu i està subvencionat pel *Consorti per a la Formació Contínua de Catalunya*. En acabar el curs es donarà un Certificat de la Generalitat de Catalunya, del Consorti per a la Formació Contínua de Catalunya.

Inscripció als cursos:

Teo: 658.175.424

Enric: 650.876.885

teo@goncalformacio.es

enric@goncalformacio.es

<http://www.goncalformacio.es>