



eines de



coaching

DIRIGIT A:

Personal en l'àmbit públic i privat , ampliar coneixements del món del Coaching, gestionar, assolir objectius personals i professionals, evitar enfrontaments i conflictes innecessaris en l'entorn laboral, companys i dins l'àrea personal.

OBJECTIUS:

Gestionar efectivament adversitats externes o internes aplicant competències i tècniques de Coaching dins l'àmbit laboral i personal. Comprensió i execució davant situacions adverses, conèixer i ampliar la seguretat intrapersonal per comprendre i resoldre, desenvolupar i/o ampliar la intel·ligència interpersonal i l'empatia amb autonomia emocional. Coneixement del procés de Coaching i assolir objectius personals i laborals.

CONTINGUTS:

Coaching

Origen. Què és el Coaching?

Origen, àmbits del Coaching

Diferències entre Coaching, consultoria, teràpia, mentoring....

Diferents tipus d'intel·ligències per Howard Gardner

Les 5 dimensions personals, corporal, lingüística, emocional, energètica i mental..

Procés de Coaching i les diferents intel·ligències

Intel·ligència Intrapersonal i la Interpersonal, Empatia

Codi ètic, Marc, fases i competències del procés de Coaching

Models d'objectius, Smart, Grow, Pure and Clear

Formulació d'objectius

Procés de transformació personal

Eines del Coaching

La roda de la vida, avaluar la situació actual

Autors rellevants en el àmbit del coaching

Assertivitat, comunicació efectiva.

Pràctiques de sessions de coaching.

Treballs pràctics i presentació pública

DOCENTS:

Ruth Freixedas

Extensió en ABA, Dirección y Administración de Empresas UOC Coach Personal Coach empresarial, Ejecutivo y directivo Coach Formadora de Life Coaching, Directivo Coach y Máster en Coaching Personal Máster en Inteligencia Social y Emocional Máster en Hablar en Público Máster de Coaching en CEFOC Centro Europeo de Formación Oficial en Coaching Certificada por la OCC INTERNACIONAL (Organismo certificador de Coaches Interna.)

Ingrid Queralt

Psicòloga . Psicoterapeuta . Coach Llicenciada en Psicologia especialitat clínica (acreditat com a psicòleg sanitari) Postgrau universitari en Teràpies Psicològiques Breus Màster en Direcció de recursos humans i en Consultoria a les organitzacions Postgrau en Enginyeria de la Formació Certificada com a psicòleg-coach pel COPC i formada en diferents escoles de coaching avalades per ICF, coaching sistèmic

INFORMACIÓ DEL CURS:

100% SUBVENCIONAT per a treballadors, autònoms i persones en situació d'atur.

Inici immediat. Horari de tarda.

Ubicació: FiSS C/ Pont del Diable, 10. SPiSP (Tarragona)

Documentació: DNI + nòmina, autònoms o DARDO.



FiSS

Formación, Información y Servicios Sociales

INFORMACIÓ I RESERVES
977211221
info@fiss.es

www.fiss.es