

Herramientas para el Crecimiento Personal: Coaching y PNL

Capacita en técnicas orientadas a liberar el potencial del participante y ponerlo al servicio de las metas personales y profesionales. Aprenderá a desarrollar su visión personal, definir metas y construir un camino funcional para alcanzarlos. La metodología del programa está distribuida en un 60% del tiempo para impartir conocimiento y 40% para realizar prácticas.

Duración: 20 hs. en 4 semanas de 2 clases de 2,5hs.c/u c/una.

Temario:

Clase 1

¿Qué es Coaching?
El Auto-conocimiento
Herramientas del Coaching
Dinámicas

Clase 2

La escucha activa
La pregunta poderosa
Tipos de preguntas.
Ejercicios en clase.

Clase 3

Las creencias.
Desmontaje de creencias.
Herramientas de Coaching.
Sesión demostrativa entre Coach y Coachee.

Clase 4

PNL (Un modelo de excelencia)
Postulados de la PNL
Rapport y Calibración
Prácticas.

Clase 5

Claves de acceso ocular.
Metamodelo de la PNL.
Modelado de la PNL.
Prácticas.

Clase 6

El Reencuadre.
El anclaje.
Línea de tiempo
Prácticas del anclaje.

Clase 7

Repaso general.

Diseño de Plan y monitoreo establecido en la sesión.

Prácticas entre los alumnos bajo la supervisión del Instructor.

Clase 8

Prácticas entre los alumnos bajo la supervisión del Instructor.

Presentación de informe final.