

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.

Detalle del 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.