

Taller de técnicas de coaching para autores

Madrid, del 22 de mayo al 26 de junio de 2018

Organizado por:

fundación sgae

Actividad promovida por el
Consejo Territorial de Madrid de SGAE

DESTINATARIOS:

Es un curso teórico-práctico de coaching, que abarca conceptos de desarrollo personal e inteligencia emocional, dirigido a profesionales que quieren desarrollar su potencial mejorando sus estrategias mentales internas y sus habilidades sociales, con el objetivo de alcanzar sus metas personales y profesionales.

OBJETIVOS:

El principal objetivo del curso es conocer las técnicas de coaching para aplicarlas en su entorno personal y profesional, dotando al participante de estrategias mentales para centrar y conseguir mejor sus objetivos, obteniendo además las siguientes habilidades:

- Conocerse mejor y entender mejor las motivaciones y limitaciones de cada uno.

- Mejorar las relaciones con el entorno personal y laboral: productores, colaboradores, proveedores, etc.
- Conocer los fundamentos y herramientas del coaching para su aplicación en los distintos ámbitos de la vida.
- Controlar mejor las situaciones estresantes.
- Gestionar mejor las emociones y empatizar mejor con las personas del entorno.
- Mejorar la percepción y su capacidad de comunicación con el entorno.
- Contrastar mejor las decisiones importantes.
- Implicar e implicarse con otros en la ejecución de acciones y en la toma de decisiones.
- Favorecer y potenciar sus habilidades para la realización de los objetivos.
- Gestionar mejor los cambios, adaptándose mejor a la nueva situación.
- Planificar mejor sus acciones.
- Aumentar la conciencia de responsabilidad y compromiso para cumplir los planes de acción.
- Lograr el equilibrio entre la vida personal y profesional.

DESCRIPCIÓN DEL CURSO:

¿Qué hace un coach? Un coach es un colaborador, un consejero, una fuente de ánimo y un espejo de la verdad. La gente trabaja con un coach para alcanzar su máximo potencial en la vida. Un cliente contrata a un coach para alcanzar una meta e ir más allá de los problemas. Ser coach es distinto de ser asesor, consultor, terapeuta o un buen amigo.

El coaching es un método para que el profesional aprenda a resolver problemas y lograr objetivos por sí mismo.

La International Coach Federation (ICF) define al coaching de la siguiente forma:

“El coaching profesional consiste en un acompañamiento diseñado para ayudar a obtener resultados más satisfactorios en la vida, la profesión, la empresa o las actividades de las

personas. Mediante el proceso de coaching el cliente profundiza en su conocimiento, aumenta su rendimiento y mejora su calidad de vida”.

Según la Sociedad Francesa de Coaching, “el coaching es el acompañamiento a personas o a equipos para asegurar el desarrollo de sus potencialidades y de sus conocimientos, en el marco de sus objetivos profesionales”.

Este método para lograr objetivos, o resolver problemas, es rentabilizado rápidamente por la persona, ya que enfoca mejor sus objetivos, planifica mejor sus acciones y gestiona mejor sus limitaciones o bloqueos, logrando desarrollar mejor su potencial.

PROGRAMA:

1. Presentación.
2. Introducción al coaching: historia, conceptos y definiciones.
3. Dinámicas de selección para un proceso de coaching y la “Rueda de la vida”.
4. Diferencias entre el coaching y otras disciplinas.
5. El proceso de coaching. Tipos de coaching.
6. Dinámica para definir objetivos. Objetivos y compromisos.
7. Habilidades del coach.
8. El rapport y la calibración.
9. Dinámica de calibración.
10. La escucha activa.
11. Dinámica de escucha activa.
12. El Plan de Acción.
13. Dinámica de un proceso de coaching.
14. Conocimiento personal: valores y creencias.
15. Dinámica de valores, detección de creencias y creencias limitantes.
16. Pensamientos y emociones: reglas de la mente.
17. Generación de alternativas. Desarrollo de la creatividad. Gestión de los bloqueos de la mente.

18. Emociones limitantes.
19. Dinámica de inteligencia emocional.
20. Gestión de las emociones limitantes.
21. Dinámicas para la gestión de emociones limitantes.
22. Comportamientos limitantes: autosabotajes y victimismo.
23. Comportamientos limitantes: la procrastinación.
24. La motivación hacia la acción. (Cuadro de mando integral).
25. Superación de crisis vitales y gestión del cambio.
26. Planificación, programación y gestión del tiempo.
27. Plan de acción y puesta en marcha.
28. Valoración del curso

PROFESOR:

Jorge García

Doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Alcalá en el Área de Neurociencias.

Coach Profesional Certificado Nº 10.180 por la Asociación Española de Coaching.

Experto en Coaching Personal.

Experto en Hipnosis Clínica por la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicología Médica.

Es socio cofundador de BON SCHOOL.

FECHAS, HORARIO, DURACIÓN y LUGAR DE IMPARTICIÓN:

Fechas: 22 y 29 de mayo, 5, 12, 19, y 26 de junio de 2018, de 9:30 a 14:30h.

Duración: 30 horas

Lugar: Aula de Formación de Fundación SGAE – Bárbara de Braganza número 7 – Madrid

MATRÍCULAS:

	ALUMNOS NUEVOS	ANTIGUOS ALUMNOS	SOCIOS SGAE
Coste del curso	100 €	80 €	50 €

SELECCIÓN DE LOS ALUMNOS:

Se admitirán inscripciones hasta completar el aforo, o hasta el día de comienzo del curso.

Realización sujeta a un mínimo de inscritos.

INFORMACIÓN:

MADRID

Departamento de Formación

Ángela Gómez

Tel. 91 503 68 79

angomez@fundacionsgae.org

www.fundacionsgae.org

www.sgae.es

NOTA: Fundación SGAE se reserva el derecho de modificar cualquier aspecto del programa si las circunstancias lo requieren.