



MASTER DE COACHING
AMB PNL I
WINGWAVE

160 hores

CURS 2017- 2018



- ✓ Si inverteixes en canviar el teu món interior, pensaments i sentiments, el teu entorn exterior també començarà a canviar.
- ✓ T'invito a anar més enllà de les teves limitacions i a expandir el teu potencial



Feedback

Estic contenta d'haver fet el curs.
M'ha servit molt com a creixement personal, per conèixer-me a mi mateixa, per conèixer moltes eines que jo desconeixiaI també per si vull ser Coach.
Dono gràcies a l' univers per fer que anés al curs i poder conèixer la meva Coach i les meves companyes....
Gràcies.

FINA BARRERA GONZALEZ

Aquest màster de Coaching per mi ha estat molt interessant, tant pel que fa a la temàtica com per l'habilitat de l'Antònia en fer-lo molt amè.
En general, ha estat pràctic i el més important és que de mica en mica tots els assistents hem pogut avançar cada un en el nostre tema.

S'ha aprofundit molt, per el qual he desencallat situacions que em tenien atrapada. Molt recomanable!

Montse M

Antònia, et vaig conèixer gràcies a una necessitat meva d'ampliar coneixements per la meva feina, però no m'ho hagués imaginat mai que aprendria a ser valenta i a estimar-me tant a mi mateixa.
Em vas ensenyar tècniques per aplicar-les professionalment i ara també les aplico com a mare, esposa, filla...Gràcies per obrir-me els ulls i ensenyar-me que darrera de qualsevol acció hi ha una intenció positiva, encara que faci mal.
M'has ensenyat realment que es l'auto coneixement i sobretot m'has ensenyat a mirar a la por als ulls.

Moltes gràcies
Pilar Montero

COACHING

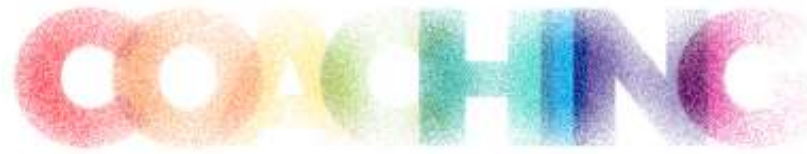
[PROGRAMA DE FORMACIÓ PER SER **COACH**]



Adreçat a persones que vulguin desenvolupar les competències i actituds essencials per esdevenir professionals del **Coaching**.



Tindràs les eines necessaries per a convertir-te en un **Coach** i l'inspiració necessaria per utilitzar-les al teu servei i dels teus clients.



QUE T'OFEREIX AQUEST PROGRAMA

- ✓ Components claus per a descobrir el teu propi potencial
- ✓ Pràctiques de converses transformadores
- ✓ Sessions amb el teu propi coach per tal de treballar els aspectes personals que necessitis potenciar
- ✓ La riquesa de les dinàmiques grupals potenciant la teva capacitat de relacionar-te amb els altres
- ✓ Eines per desenvolupar les teves competències com a Coach
- ✓ Tutories personalitzades



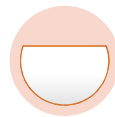
COACHING

METODOLOGIES DEL PROGRAMA



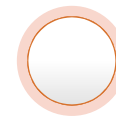
Coaching

El Coaching tracta de canvi, de com facilitar canvis, tracta amb els hàbits que ens impedeixen avançar en la direcció desitjada, ens ajuda a decidir. Desafia els teus límits!



PNL

La PNL ens ajuda a comprendre la manera en què estructuram la nostra experiència subjectiva: com pensem, quines són les nostres creences i valors, com creem els nostres estats emocionals i com construïm el nostre món interior i el dotem de significat



Coaching Wingwave

Es tracta aquí d'una forma d'acompanyament per facilitar que la persona integri les vivències que no han estat processades en la seva ment a causa de l'impacte emocional d'aquestes, d'una forma ràpida i molt eficaç



COM ESTÀ DISTRIBUIT EL PROGRAMA

- ▶ El programa consta d'un total de **180** hores de formació
- ▶ **130** hores de classes presencials, estructurades en mòduls setmanals de 4 hores. **Els horaris de les classes presencials són els dilluns, de 18:00 a 22:00**
- ▶ **30** hores de pràctiques de Coaching amb equips de treball para començar a implementar els aprenentages del curs.
- ▶ **20** hores de treball personal per la preparació del projecte final





CONTINGUTS DEL PROGRAMA

- Que és el coaching
- Diferents tipus de coaching
- Competències bàsiques del coaching
- L'essència del Coaching
- Disseny d'objectius i plans d'acció
- Roda de la vida i equilibri vital del client
- Construir sintonia, guanyar confiança
- L'art de l'escolta, rapport, calibració
- Converses transformadores
- Metamodel del Llenguatge pel Coaching
- L'art de preguntar. Com formular preguntes poderoses

- Creences: identificació de creences limitadores
- Canvi de creences
- Donar i rebre feedback
- Resolució de conflictes
- El llenguatge de les emocions
- Emocions i estats d'ànim com a predisposicions per a l'acció
- Emocions i estats d'ànim claus pel coaching
- Aplicació del mètode Wingwave en els processos de Coaching
- Pautes per a la gestió de les emocions amb la metodologia Wingwave
- Integració pràctica





QUI FACILITA EL PROGRAMA

Antònia Farreras Barceló

Directora de Personal Coaching – Formadora en Coaching & PNL;
Habilitats Directives; Coaching d'Equips; Coach Personal

- Master en Coaching Estructural; Master en PNL & Coaching;
- Master & Trainer en PNL; Coach Certificada Wingwave;
- Facilitadora de Pschy-k a nivell avançat;
- Formada en Eneagrama
- Formada en Teràpia sistèmica i Constel.lacions Integratives





EL PREU I LA FORMA DE PAGAMENT

- Pagament al comptat
Pagament total 1305'- a l'inici del curs + 65'- de matrícula
- Pagament aplaçat
Pagament mensual de 145'-
Deu mensualitats d' Octubre a Juliol





MÉS INFORMACIÓ I RESERVES

Demana informació PERSONALITZADA
antonia@personalcoaching.com.es

Tel 629 241 815
Personal Coaching
Passeig Pere III nº 18 2n 2ª - MANRESA

Un espai segur per compartir i despertar

