

Coaching para construir futuro III edición (online)

¿Quieres poseer los recursos y estrategias necesarios que te permitan acceder al ejercicio de tu profesión de forma innovadora, gestionando tus propios estados emocionales e induciendo cambios en las personas con las que trabajas?

Si la respuesta es afirmativa este es tu curso:

Coaching para construir futuro III edición (online)

Curso absolutamente gratuito y con certificado acreditativo dentro de la convocatoria K-skills del Vicerrectorado de Innovación Social y Emprendimiento

El curso dará comienzo el 2 de noviembre y se desarrollará, de forma telemática, todos los martes hasta el 29 de noviembre (lunes) en horario de 17,00 a 21,00h.

Un total de 20 horas de formación online a través d

el Campus Virtual de la UMA, en las que está previsto aprendas a:

- Plantear objetivos de forma correcta y planificar las acciones necesarias para la consecución de los mismos.*
- Aumentar la claridad mental para la correcta toma de decisiones.*
- Mejorar las pautas para la gestión del estrés y las emociones.*
- Inducir estados positivos tanto en uno mismo como en los demás.*
- Extrapolar los estados internos logrados del ámbito personal al profesional y viceversa.*
- Gestionar las relaciones interpersonales en todos los ámbitos y aumentar su calidad, de tal forma que generen entornos saludables y beneficiosos.*

Las técnicas que se van a utilizar pertenecen a disciplinas alternativas tales como Mindfulness, Inteligencia Emocional y Programación Neurolingüística. Estos paradigmas han mostrado una alta eficacia a la hora de generar estados internos positivos que influyan tanto en la propia persona como en su entorno a través de las relaciones que mantiene.

Para solicitar la preinscripción debes cumplimentar el cuestionario que aparece en el siguiente enlace (se te confirmará la matriculación al email que proporciones):

<http://u.uma.es/bHe/coaching2021/>

Plazas limitadas