



H0754 INTELIGENCIA POSITIVA

ÁREA DE DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL

IRAUPENA/DURACIÓN: 20 Horas

HELBURUAK/OBJETIVOS:

- Utilizar nuevos recursos y habilidades en uno mismo y en los demás, con herramientas, procedimientos y competencias de la PNL y el Coaching Integrativo
- Incorporar y manejar nuevas y valiosas técnicas para superar limitaciones, desarrollar el potencial humano y la excelencia personal en uno mismo y en los demás. Desde la perspectiva del Autoconocimiento Transformador y evolutivo.

PRESTAKUNTZA GUNEAK/NÚCLEOS FORMATIVOS:

- 1- Psicología Positiva e Inteligencia Emocional
- 2- Comunicación de calidad humana: Carl Rogers.
- 3- Escucha Activa.
- 4- Rapport y Sintonía
- 5- Asertividad y autoestima.
- 6- Calibración y Sistemas Representacionales.
- 7- Presuposiciones PNL y psicología positiva: Base operativa de la gestión emocional.
- 8- Feedback 360º (Ventana de Johari)
- 9- PNL y Metamodelo del lenguaje, Preguntas potenciadoras y otras aportaciones de la PNL integrativa.
- 10- Modelo POPS (plan de trabajo personal/autocoaching) para el logro de resultados (hacia el estado deseado)
- 11- Herramientas de gestión del estrés:
 - Visualizaciones creativas y técnicas de relajación.
 - Anclajes
 - Estados de recursos.
 - Bionergetica y test de Lowen

BALDINTZAK/REQUISITOS:

INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEA/INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Aldakonea, 36
20012 Donostia-San Sebastián

Tel: 943326666

www.nazaret.eus
orienta@nazaret.eus

Parte-hartzaileek istripu-aseguru bat dute./Las personas participantes se hallan cubiertas por un seguro de accidentes.