



COACHING PARA TU DESARROLLO PERSONAL

Cómo convertirte en el entrenador de tu vida profesional y personal para ser más feliz

¿Quieres Autodescubrirte y sacar lo mejor de ti?

¿Quieres que tu vida y tu trabajo mejoren sustancialmente?

¿Quieres tener más energía, más tiempo, más seguridad y comunicar mejor?

¿Quieres desarrollar tu Inteligencia Emocional, mejorar tus relaciones con la gente y aumentar tu poder sobre los demás?

¿Quieres controlar tus Emociones y ser menos perfeccionista?

¿Quieres mejorar tu desempeño profesional y además divertirte?

¿Quieres tener una actitud más positiva y conocer técnicas de Automotivación?

¿Quieres mejorar tu autoestima, tu autoconfianza, tu asertividad y atraer el éxito y la felicidad?

No vale con desear, hay que hacer. Desarrollaremos un PLAN de ACCIÓN

PROGRAMA

- ✓ Trabajaremos en tu propia vida profesional y personal. Cómo ir de lo que eres a lo que quieres ser
- ✓ Crea y diseña tu propia vida
- ✓ Eres mucho mejor de lo que crees. Cómo aumentar nuestro poder innato
- ✓ Aprende a desarrollar tu Inteligencia Emocional y a utilizar las Herramientas del Coaching de las que habla todo el mundo
- ✓ El Autoconocimiento : la base de tu éxito
- ✓ Cómo superar tus creencias limitantes
- ✓ Cómo desarrollar tu empatía
- ✓ Cómo renovar tus ilusiones. Reinvéntate
- ✓ Técnicas de auto motivación personal y cómo motivar a los demás
- ✓ Cómo construir sólo relaciones enriquecedoras
- ✓ Aprende a conciliar tu vida laboral y profesional
- ✓ Qué es lo que realmente quieres. Cómo diseñar tus objetivos. Como poner en marcha tus sueños
- ✓ ¿Cuál es tu imagen pública? Mejórala
- ✓ Sé excelente más que perfeccionista en tu trabajo y en tu vida
- ✓ No se trata de trabajar duro sino con inteligencia
- ✓ Aprende a delegar y organízate
- ✓ Aprende a comunicar eficazmente y a evitar los malos entendidos
- ✓ Mejora tus conversaciones públicas y privadas.
- ✓ Desarrolla tu creatividad
- ✓ Trabajaremos también tus vulnerabilidades, la generosidad, el perdón, el resentimiento, las expectativas, los miedos, la culpa, el autocontrol, el sufrimiento, como realizar peticiones, las expectativas, dar y recibir un NO ...
- ✓ Una experiencia que podría cambiar tu vida

TÚ, eres tu posesión más valiosa. ¡Desarróllala! y sé feliz



Metodología: Las clases serán eminentemente prácticas y participativas (Aprendizaje experiencial). Las exposiciones teóricas y prácticas del entrenador se complementarán con ejercicios prácticos en los que participarán los asistentes con el objetivo de entrenar los cambios de hábitos, eliminar creencias limitantes y mejorar profesional y personalmente.

Impartido por: Julio Marco Barroso

Secretario General de la International Coach Federation ICF (la mayor y más prestigiosa asociación de Coaching del mundo)

Executive COACH PCC certificado ICF

Más de 15 años de experiencia como formador de directivos de las principales empresas españolas y extranjeras en Coaching, Inteligencia Emocional, Técnicas de dirección y ventas, Comunicación, Liderazgo, Desarrollo personal y como Consultor.

Profesor en varias Escuelas de negocios y Universidades

Conferenciante habitual y escritor

Director general para España de Gilde Healthcare

Duración: 10 horas

Precio: 130,00 euros

Horario: de 18,30 a 20,30 horas

Calendario y lugar de celebración:

| COLEGIO SAN PATRICIO (Serrano) |
|---------------------------------------|
| 22 enero-2014 |
| 29 enero-2014 |
| 5 febrero-2014 |
| 12 febrero-2014 |
| 19 febrero-2014 |

Inscripciones por correo electrónico a la dirección atutzo@fundacionsanpatricio.com

- Una vez confirmada la plaza por la Fundación San Patricio (que se realizará también por correo electrónico)
- Ingreso o transferencia a la cuenta corriente de la Fundación San Patricio:
0128-0033-71-0100025623

PLAZAS LIMITADAS INSCRIPCIÓN ANTES DEL 10 DE ENERO DE 2014