

TALLER
PRESENCIAL



Universidad del
Rosario

Educación Continua
y Consultoría

SÉ TU PROPIO COACH



CONTENIDO

TEMÁTICO

Módulo 1.

AMPLÍA TU COMPRENSIÓN SOBRE EL ORIGEN DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES QUE TIENES CONTIGO Y CON OTROS.

- Comprender la importancia del cerebro en la dinámica relacional. El triángulo Dramático de Karpman en la comprensión de las relaciones tóxicas.
- La estructura de la personalidad según Erick Berne.
- El estilo de apego en adultos y su influencia en las relaciones que atraemos - Cindy Hazan y Phillip Shaver basados en Jhon Bowlby y Mary Ainsworth.

Módulo 2.

HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DEL CAMBIO CON APOYO DE LA PN.

- La escala de niveles lógicos de Pensamiento para conocer cómo piensa el ser humano - Robert Dilts.
- La importancia de contar con valores claros para mantener la automotivación.

- Identificar las creencias y su impacto en el logro de las metas que se traza el ser humano.
- El establecimiento de objetivos modelo SMART para asegurar la puesta en acción de todo sueño.

Módulo 3.

EL COACHING ONTOLÓGICO Y SU IMPACTO EN EL CAMBIO DEL OBSERVADOR QUE ERES.

- Qué es el coaching ontológico y cómo accionarlo en tu vida personal.
- El modelo OSAR para comprender el impacto de los resultados en nuestra vida - Rafael Echeverría.
- El diseño de conversaciones para el cambio consigo mismo y con otros.