

# LIFE COACHING

## CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL POR LA AICM

### Justificación:

Uno de los elementos más satisfactorios de ser un Coach de Vida es que puedes genuinamente ayudar a las personas. Como coach entregarás una contribución invaluable en la vida de otras personas al ayudarlos a superar sus retos, limitaciones y lograr las metas y aspiraciones de su vida.

### Objetivo General:

Proporcionar al participante los conocimientos, las competencias y las herramientas propias de Life Coaching orientado a brindar una perspectiva diferente que permita mejorar su calidad de vida ocasionando un estado de equilibrio emocional que le lleve a alcanzar un mayor bienestar.

### Objetivos Específicos:

- Aprendizaje continuo: a partir del primer encuentro, cada estudiante formará parte de un grupo de aprendizaje, bajo la guía de un coach supervisor, para la realización de una serie de actividades que le posibilitarán alcanzar las competencias requeridas para la certificación.
- Reuniones periódicas para discusión e intercambio de experiencias.
- Sesiones de coaching individual para cada estudiante.
- Realización de tareas que serán revisadas y retroalimentadas por el coach supervisor.
- Prácticas de feedback y coaching en entornos laborales bajo la observación del coach aliado.
- Clínicas a cargo del coach aliado e Interacciones de coaching entre los miembros del grupo de aprendizaje, en grado intensivo hasta llegar al tercer encuentro, en donde el estudiante estará en capacidad de ser observado en interacciones que le permitirán optar a la certificación.

### Contenido Programático:

#### **MÓDULO I. INTRODUCCIÓN AL COACHING**

- Antecedentes y origen del coaching.
- Bases del coaching.
- Importancia y beneficios del coaching.
- Definición de coaching.
- Tipos de Coaching.
- Código de ética.
- Modelos de Conversación del Coaching.

#### **MÓDULO II. FUNDAMENTOS DE LA PNL**

- Antecedentes y fundadores de la PNL.
- PNL.
- PNL y su relación con el coaching.
- Postulados.
- Mente consciente e inconsciente.
- La comunicación.
- Lenguaje y tipos de lenguaje.

#### **MÓDULO III. PENSAMIENTOS Y EMOCIONES**

- Proceso de pensamiento.
- Neuronas y proceso sináptico.
- Pensamiento y emociones.
- Tipos de emociones.
- Comportamiento y actitud.

- Proceso del aprendizaje.
- Nociones del cambio.

#### **MÓDULO IV. COMPETENCIAS CLAVE DEL COACH**

- Presencia.
- Rapport.
- Escucha activa.
- Comunicación no verbal.
- Gestión de juicio.
- Pregunta poderosa.

#### **MÓDULO V. PNL**

- Canales de representación.
- Detección de canales de preferencia y predicados.
- Submodalidades.
- Metamodelo del lenguaje.

#### **MÓDULO VI. CREENCIAS**

- Naturaleza de las creencias.
- Creencias.
- Tipos de creencias.
- Identificación de creencias.
- Técnicas para el cambio de creencias limitantes.

#### **MÓDULO VII. VINCULACIÓN DE OBJETIVOS Y VALORES**

- Objetivos.
- Formulación de objetivos.
- Ecología.
- Valores.
- Importancia de los valores.

#### **MÓDULO VIII. GESTIÓN EMOCIONAL**

- Anclaje Simple.
- Cambio de historia personal.
- Círculo de la excelencia.
- Swish.
- Reencuadre en 6 pasos.
- Mapeo de submodalidades.

#### **Plan de Evaluación del Programa:**

Este programa cuenta con ocho (8) módulos. Los mismos serán evaluados a través de actividades como: talleres, exámenes, debates, etc. de acuerdo a la estrategia de evaluación de cada profesor.

#### **Duración:**

Noventa (90) horas académicas; Diez (10) días.

#### **OPCIONAL:**

20 Euros por participante pagaderos vía Paypal.

Incluye: 1 año de membresía en la Asociación Internacional de Profesionales del Coaching y Mentoring con validez en Europa y América, se entrega carnet digital de Membership con vigencia de un (1) año, con derecho a renovación con el valor propio del momento que deba renovar.