



TÉCNICAS DE COACHING PARA AFRONTAR EL ESTRÉS LABORAL Y PERSONAL

21 horas, del 23 de enero al 8 de febrero de
2024

Martes y jueves de 16,30h a 19,30h

Presentación

Curso de gestión emocional propio y de nuestro entorno. Desarrollo de un enfoque mucho más positivo que el habitual. Tomar autoconsciencia de cómo nos conducimos en el ámbito de lo cotidiano, en ambientes complicados.

Objetivos

Mejorar personalmente, saber sociabilizar en entornos hostiles y complicados de manera asertiva. Otras visiones del momento presente, mejora de consciencia de las propias habilidades de regeneración, desarrollo y gestión de mí y mi entorno.

Contenidos

Inteligencia Emocional y cómo nos afecta en nuestro día a día. Mindfulness como herramienta de gestión. Distintas maneras de ver la vida. Convivencia social, las influencias sociales. Desarrollo neuronal. Los Beneficios a corto, medio y largo plazo. Taller experiencial de mindfulness y de emociones y perspectivas.

Destinatarios

Personas que deseen desarrollar sus habilidades de venta y descubrirse, a vendedores que deseen modernizar sus técnicas, personas que deseen gestionarse sin estrés y centrarse en lo esencial de cada situación, personas que deseen mejorar profesionalmente y gestionar los canales de comunicación en pro de los clientes, personas que tengan claro que la venta es la consecuencia de un gran trabajo y que la relación humana crea los vínculos de fidelidad.

Ponente

Enric Castro Coach. Sociólogo. Máster Coach Integrativo. Formador en Habilidades Psicosociales y Potenciador de capacidades. Máster en Neuropsicología, Inteligencias Múltiples y Mindfulness. Máster en Coaching y Mentoring. Máster Internacional en Programación Neuro Lingüística. Máster en Factor Humano (RRHH). Diplomado en Sociología. Diplomado y certificado en Coaching y Mentoring. Diplomado y Certificado Internacional en Coaching Comercial. Diplomado en Dirección de Marketing. Diplomado en Dirección de Empresas Comerciales. Diplomado Internacional en Programación Neurolingüística. Diplomado en Inteligencia Emocional. Diplomado en Eneagrama de la Personalidad. Programa de Dirección General

Horario

Martes y jueves de 16.30h a 19.30h.

Metodología

Coaching Emocional, búsqueda de nuestras habilidades, desarrollo y descubrimiento de lo que somos capaces. Mindfulness con Inteligencia Emocional y autodescubrimiento enfocado a las cuestiones cotidianas en entornos complicados, entornos laborales de estrés y de conflictos, gestión de equipos y familias.

Requisitos y/o documentación a presentar por los participantes

Antes del inicio del curso: Solicitud de participación.

Si desea que BSEF realice los trámites para la bonificación de la formación deberá entregar los datos y convenio de agrupación de empresa debidamente cumplimentado con un mínimo de 3 días antes del inicio del curso.

Titulaciones

Los alumnos al finalizar el curso recibirán un certificado acreditativo de su participación en el mismo.

Cuota de inscripción:

234€ (222€ para asociados a la CAEB y desempleados) antes del inicio del curso e incluye la asistencia a las sesiones y la documentación. Si la empresa dispone de crédito formativo, BSEF incluye en este precio la gestión de la bonificación ante la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo. El pago será imprescindible para la realización de los trámites necesarios para la posterior bonificación de dichas actuaciones por parte de la empresa. 100% Bonificable.

BONIFICACIÓN: Bonificable a través del sistema de bonificación de la Seguridad Social

* El importe de bonificación indicado se basa en la aplicación de baremos económicos máximos/hora/alumno regulados en el Real Decreto 395/2007. No obstante, las empresas han de tener en cuenta **otras variables tales como crédito disponible y porcentaje de cofinanciación privado exigido.**

Lugar de realización: C/ Aragón, 215, 1ª planta. 07008. Palma de Mallorca Tel.971 70 60 14

formacion@caeb.es

<https://www.caeb.es/formacion/bonificada/>