

CURSO DE COACHING PERSONAL

**• Dirige tu vida,
consigue tus sueños •**

¿DÓNDE?

Sa Franquesa Vella
C/ Petra-Felanitx
3,8 km - Villafranca
de Bonany - Mallorca

¿CÓMO?

Precio: 190 curso + 170
alojamiento y pensión
completa (opcional)
Contactar para hacer la
reserva.

¿QUÉ INCLUYE ESTE CURSO?

- Realización de la formación.
- Alojamiento.
- Pensión completa.

¿CUÁNDO?

19-20-21 de marzo
De viernes por la
tarde a domingo a
las 14h.

CONTACTO

+34 680 55 61 29
mariamagdalenabinimelis.com
Instagram: @mariamagdalena.bm
Facebook: Maria Magdalena BM



IMPARTE

Montse Hidalgo

Coach & Trainer

Speaker Internacional

Experta en Coaching, Inteligencia Emocional y PNL.

A lo largo de su trayectoria profesional ha ayudado a miles de personas a conseguir sus sueños en los negocios, en las ventas, con sus equipos de trabajo, en sus relaciones y a nivel personal.

Fundadora de la Universidad de la Felicidad y Directora del Máster de Coaching e Inteligencia Emocional. Ha prestado servicios a Telefónica, Sacyl, Air Europa, El Corte Inglés, Clínica Ruber, Universidad Europea de Madrid, Universidad de Salamanca, Universidad Camilo José Cela.

Se licenció en Periodismo, es MBA y RRHH. Es conferenciante, escritora y colaboradora de diferentes medios de comunicación como experta en Coaching, PNL e Inteligencia Emocional.

Objetivos

Entender cómo funcionan los procesos mentales y cómo estos nos afectan a nuestros estados emocionales y por tanto a nuestras relaciones personales y profesionales.

Aprender a conseguir lo que deseamos.

Conseguir una comunicación más efectiva a todos los niveles: pareja, familia, amigos, trabajo...

Eliminar y superar bloqueos del pasado.

Potenciar la confianza.

Aumentar la Autoestima.

Aprender a cambiar hábitos no saludables por hábitos saludables.

Metodología

Curso de entrenamiento experiencial, práctico y dinámico.

- Aprendizaje acelerado.
- Dinámicas individuales y grupales.
- Ejercicios de PNL (Programación Neurolingüística).
- Coaching.
- Inteligencia Emocional.
- Trabajo en Equipo.

¿A quién va dirigido?

- Licenciados, diplomados o estudiantes universitarios que deseen encaminar su formación o desarrollo profesional hacia la especialidad del Coaching, Recursos Humanos, Psicología, Dirección y Administración de Empresas...
- Personas interesadas en aplicar las herramientas del Coaching para diseñar, promover e implementar nuevas formas de acción y de gestionar los cambios sin resistencias.
- Personas interesadas en gestionar cambios o mejorar diferentes áreas de su vida, tanto a nivel personal como profesional.
- Personas que quieran aprender a desarrollar y entrenar la creación de nuevas actitudes y creencias saludables.

16 HORAS INTENSIVAS DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL

MÓDULO 1: *Tomando conciencia del YO*

- ¿Qué es y qué no es Coaching?
- Crisis VS Oportunidad
- Proceso de cambio y aprendizaje.
- ¿Qué deseo realmente en mi vida?
- ¿Cómo alcanzar mis sueños?

MÓDULO 2: *Ley de la atracción, atraemos lo que pensamos.*

- ¿Qué es la realidad?
- ¿Cómo funciona nuestra mente?
- Entender el impacto de nuestros pensamientos.
- Pensamiento positivo.
- Ley de la atracción.

MÓDULO 3: *Comunicación efectiva.*

- Dinámica conversacional en Coaching.
- Gestión del tiempo.
- Extraer lo mejor de nosotros mismos.
- Filosofía ganar ganar.

MÓDULO 4: *Supera tus límites. Alineación entre lo que pensamos, sentimos y hacemos.*

- Mapas mentales.
- Gestión emocional.
- Pirámide Lógica de Pensamiento.
- PNL (Programación Neurolingüística) Anclaje en el Estado de máxima excelencia.