

PRESENTACIÓN DE ESCUELA DE INTELIGENCIA

¿Quiénes somos?

- **Desde 1991** somos pioneros y únicos en la capacitación de la **Inteligencia Emocional** en España con **10 niveles de 2600 horas**.
- **Desde 1993** somos pioneros en la capacitación de competencias emocionales, talento y Coaching **a más de 100 empresas**.
- **Desde 2003** como **Escuela adscrita a la Universidad Camilo José Cela** de Madrid impartimos el Título de Experto y Master de Coaching, Inteligencia Emocional, Programación Neurolingüística y Grafología.

Títulos Experto y Master:

- *Coaching Personal*
- *Coaching Ejecutivo*
- *Coaching Deportivo*
- *Coaching Empresarial*
- *Coaching Político*
- *Inteligencia Emocional*
- *Programación Neurolingüística*
- *Grafología*

Cursando en este momento la **7ª Promoción** de los títulos mencionados anteriormente.

¿Qué hacemos?

Capacitar el talento de las personas para un desarrollo personal y profesional y su desarrollo de alto rendimiento en las organizaciones y el deporte.

¿Con qué?

Con una metodología vivencial, mediante Role-Playing y Outdoor, a través de la toma de conciencia y herramientas como aprendizaje y casos reales

Experiencia durante 19 años de formación presencial

Ventajas de la formación e-learning

1. Formación convalidada para el Título de Experto y Master de las anteriores titulaciones de la Universidad Camilo José Cela
2. Ayuda por excelentes Coach de la Escuela de Inteligencia mediante videos conferencias y teleformación
3. Flexibilidad en tu formación debido a que tú organizas tu propia agenda
4. Videos grabados
5. Tutor personalizado
6. Documentación práctica y teórica experimentada en el mundo personal y profesional durante 19 años

COACHING PARA TU VIDA

¿Quieres cambiar tu carrera profesional?

¿Estas cansado enfrentándote a los mismos problemas?

¿Necesitas un nuevo enfoque para lograr objetivos deseados?

¿Te gustaría mejorar la relación con los demás?

¿Quieres dirigir tu destino?

¿Te gustaría tener mejor calidad de vida?

¿Te gustaría tener más ilusión y menos rutina?

¿CÓMO ...? Con el Coaching para tu vida

OBJETIVOS

1. Satisfacer nuestras necesidades en las áreas de nuestra vida familiar, laboral, social(amigos), corporal, mental-emocional y sistémica
2. Utilización adecuada de la metodología y herramientas del coaching para alcanzar nuestros objetivos
3. Adecuada utilización y gestión de las emociones y sentimientos
4. Modificar hábitos y gestión de los cambios
5. Habilidades para definir objetivos y un Plan de Acción
6. Gestión del éxito

PROGRAMA

MÓDULO I. ¿Dónde estoy? Tomar conciencia

1. Tomar conciencia del estado actual en todas las áreas de mi vida
2. Ejercicios prácticos para tomar conciencia de dónde estoy y en qué mundo vivo realmente
3. Ejercicios de descubrir mis necesidades
4. Ejercicios para descubrir mis bloqueos
5. Ejercicios para saber lo que quiero y qué es lo importante para mí
6. Ejercicios para construir el rumbo de mi vida
7. Ejercicios para desarrollar la agudeza sensorial o los sentidos
8. Ejercicios para fortalecer hábitos nuevos y descubrir nuestros deseos

MÓDULO II. ¿Dónde quiero estar? Visión

1. Reflexiones para desarrollar un propósito, misión y visión
2. Línea del futuro: "¿dónde quiero estar?, ¿dónde quiero vivir y con quién?"
3. Ejercicios prácticos para desarrollar objetivos de futuro
4. Fijar nuestra misión y propósito personal
5. ¿Cómo se diseña la visión estratégica?

MÓDULO III. ¿Qué hago? Conductas

1. Toma de conciencia de nuestros juegos y molestias que nos bloquean en nuestra vida personal y profesional
2. Ejercicios para descubrir mis limitaciones
3. Ejercicios para descubrir aquellas conductas que me bloquean
4. Ejercicios prácticas para transformar la actitud negativa en positiva
5. Ejercicios para fortalecer acciones y resultados
6. Ejercicios de hábitos
7. Ejercicios para descubrir deseos y su clasificación en las distintas áreas de nuestra vida

MÓDULO IV. ¿Cómo lo hago? Emociones

1. Identificación de las emociones y su utilización efectiva para alcanzar nuestros objetivos
2. Proceso de gestión y canalización de las cargas emocionales para alcanzar un estado de equilibrio
3. Utilizar adecuadamente las emociones del miedo, tristeza, enfado, asco, sorpresa y alegría
4. Ejercicios para practicar con las distintas emociones en la vida personal y profesional
5. Influencia de las emociones sobre la potenciación de los valores

MÓDULO V. ¿Cómo me siento? Sentimientos

1. Reconocer pensamientos y sentimientos
2. Ejercicios prácticos para superar un proceso de mobbing o victimismo en nuestra vida personal y profesional
3. Cómo superar situaciones de decepción ante otras persona y alcanzar el equilibrio en la relación
4. Ejercicios prácticos de resentimiento
5. Cómo superar sentimientos de culpa y conductas permisivas
6. Ejercicios de gestión de otros sentimientos

MÓDULO VI. ¿Quién soy? Creencias y valores

1. Reconocimiento de creencias y valores
2. Reconocer proyecciones, prejuicios y suposiciones que nos limitan para cualquier acción de nuestra vida
3. Descubrir las debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades en nuestra vida
4. Ejercicios prácticos para transformar las creencias limitadoras en potenciadoras
5. Descubrir fortalezas, debilidades, valores y prioridades personales en el área familiar

MÓDULO VII. ¿Cómo puedo cambiar? Cambio

1. Gestión y resistencia del cambio
2. Ejercicios prácticos para identificar las resistencias al cambio y su acción correctiva
3. Ejercicios prácticos para la resolución de problemas
4. Elaborar una estrategia que refuerce cualquier gestión de cambio
5. ¿Qué responsabilidades son importantes para mí?
6. Ejercicio de proyecto de vida cada 5 años

MÓDULO VIII. ¿Qué quiero? Meta

1. Clasificar todos los deseos en las distintas áreas de nuestra vida y comenzar a desarrollar los más importantes
2. Proceso para clarificar un objetivo
3. Descubrir fortalezas, debilidades, valores y prioridades personales y profesionales en el área laboral
4. Descubrir fortalezas, debilidades, valores y prioridades personales en el área mental y emocional

MÓDULO IX. ¿Qué voy a hacer? Plan de acción

1. Descubrir fortalezas, debilidades, valores y prioridades personales en el área corporal
2. Descubrir fortalezas, debilidades, valores y prioridades personales en el área social
3. Descubrir fortalezas, debilidades, valores y prioridades personales en el área sistémica
4. Recursos necesarios para desarrollar una meta
5. Recursos para fijar un Plan de acción

MÓDULO X. ¿Cómo hacerlo? Estrategias

1. Método de seguimiento
2. Afirmaciones y visualizaciones
3. Desarrollar un Plan de acción en las distintas áreas
4. Establecer un plan estratégico mediante el método Ishikawa para alcanzar los objetivos
5. Evaluación y fortalecimiento de los hábitos

COACHING BÁSICO



METODOLOGÍA

- Lectura de libros y artículos
- Vídeos
- 1 hora de clase virtual por módulo
- Ejercicios prácticos
- Coaching telefónico

PROGRAMACIÓN

Entrega cada diez días de un módulo

ACREDITACIÓN

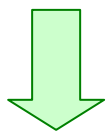
Certificado de la Escuela de Inteligencia que correspondería a Coaching para tu vida cuya duración son 70 horas que se convalidarán con las 70 horas de formación de Experto en Coaching Personal de la Universidad Camilo José Cela de Madrid (7 créditos). El título de Experto en Coaching Personal esta compuesto por 250 horas (25 créditos).

PRECIO

- 800 € pago al contado
- 300 € en 3 plazos (15 de abril, 15 de mayo y 15 de junio)

TÍTULO EXPERTO COACHING PERSONAL UCJC

**COACHING
BÁSICO:
COACHING PARA
TU VIDA**



70 horas
e-learning

- 800 €
- 3 pagos 300 €

4 meses

**COACHING
AVANZADO:
SER COACH**



80 horas
e-learning

- 950 €
- 3 pagos 375 €

5 meses

**PRÁCTICAS
DE
COACHING**



100 horas
Presenciales

- 2150 €
- 4 pagos 600 €

5 meses