

## TEMARIO DEL CURSO COACHING PARA EL LIDERAZGO

### **Módulo 1:**

- Elementos del Coaching Ontológico en la comunicación interpersonal.
- El Coaching : Definiciones, tipos de coaching
- Teoría del observador.
- La coherencia del lenguaje, emoción y cuerpo: explorando los dominios que constituyen una comunicación efectiva.

### **Módulo 2:**

- Identificar los elementos que constituyen la comunicación efectiva.
- Comunicación efectiva.
- Habilidades implicadas en un proceso de comunicación efectiva.
- Escuchar no es oír.
- El poder de la escucha activa.
- Como potenciar el lenguaje haciendo pedidos efectivos, ofertas seductoras y logrando compromisos.

### **Módulo 3:**

- Identificar creencias y juicios personales.
- Autogestión de las creencias.
- Autoconocimiento como herramienta para reconocer los recursos y valores personales.
- Forma de liderazgo personal y de comunicación resultado de la propia historia.
- Creencias y juicios personales que fortalecen o limitan el accionar.
- Creencias y juicios que dan poder.

### **Módulo 4:**

- Herramientas de la inteligencia emocional
- Autorregulación emocional.
- Autoconocimiento. Autocontrol
- Autoestima e Identidad. ¿Por qué es importante trabajar la autoestima?. Los componentes de la autoestima. Construcción de la autoestima. Teoría del Apego..
- Inteligencia emocional.
- Empatía

### **Módulo 5:**

- Identificar las habilidades de autocuidado que contribuyen al bienestar personal y laboral.
- Gestión del bienestar y autocuidado.
- El estrés desde una mirada ontológica.
- El poder de la presencia y la atención plena.