

Ação de Formação *Coaching*

5, 13, 15 e 20 de abril de 2011

Modalidade/ forma de organização da formação

Formação contínua/ Presencial

Duração

24 Horas

Formadora

Núria Mendoza, Coach certificada internacionalmente pela ICF; Trainer de Excelência Pessoal em Programação Neuro Linguística (PNL); Formadora de Desenvolvimento Pessoal

Destinatários

Técnicos/as superiores de Intervenção social – Técnicos/as superiores de serviço social, Psicólogos/as, Educadores/as sociais, Sociólogos/as, Terapeutas entre outros/as.

Critérios de seleção

Condição da associação perante a EAPN Portugal | Número de ordem de receção da ficha de inscrição | Número de inscrições por instituição | Distrito de exercício de atividade.

Certificado

A obtenção do certificado de formação implica a presença obrigatória em pelo menos 80% do total da duração da ação.

Objetivos

Esta formação tem como principal objetivo dotar os formandos de ferramentas e estratégias práticas para maximizar o auto e hetero conhecimento, sendo as temáticas adaptadas à sua realidade profissional com vista a maximização de competências para lidar com habituais obstáculos de interação.

Os conteúdos visam proporcionar aos participantes novas formas de abordagem aos desafios, reforçar as competências relacionais e comunicacionais, quer a nível pessoal, quer a nível profissional, que permitam cada vez mais melhorar a qualidade de vida, as relações e acima de tudo os resultados obtidos.

Datas e horário

5, 13, 15 e 20 de abril de 2011
(das 9.30h. às 12. 30h. e das 14.00h. às 17.00 Horas).

Local de realização

Câmara Municipal de Vila Verde
Praça do Município
4730-733 Vila Verde

Conteúdos programáticos

1. Introdução ao *Coaching*

1.1. O que é o *Coaching*? Modalidades, origem e aplicabilidade

2. As pressuposições básicas do *Coaching*

2.1. Treze pressuposições que estão na base do *Coaching* e que medeiam os relacionamentos interpessoais

3. Os 8 passos do Processo de *Coaching*

3.1. Confiança – técnicas para criação de empatia

3.2. Perguntas – técnica para maximizar a comunicação e a interação saudável

3.3. Metas, valores e crenças – a definição de objetivos como forma de obter sucesso e excelência; o método SPIDER de definição de objetivos e os valores e crenças como bases do comportamento humano; as necessidades humanas e a sua satisfação

3.4. Tarefas – a ação é o segredo do sucesso; como garantir resultados eficazes

3.5. Recursos – ferramentas e estratégias de *Coaching* para usar no dia-a-dia

3.6. Hábitos – como adquirir e estimular novos hábitos mais saudáveis nas interações comportamentais

3.7. Âncoras – estratégias práticas de sustentação de novos comportamentos e hábitos

3.8. Apoio – como escolher as pessoas certas para nos apoiar

Organização:

