

# Programa de liderazgo personal

---

***“Soy el amo de mi destino, soy el capitán de mi alma”***

*Versos de William Ernest Henley, poema de cabecera de Nelson Mandela*



---

Para más información puedes contactar en los tfnos: **915340407 / 655 912 501** o escribir a **info@cavala.es**

# ¿Para qué?

**Para superar barreras**

**Para que mi comunicación sea más efectiva**

**Para conseguir la relación que quiero con mi pareja..**

**Para tomar las riendas de mi vida personal y profesional**

**Para conseguir aquello que deseo:  
Un trabajo, una pareja, etc.**

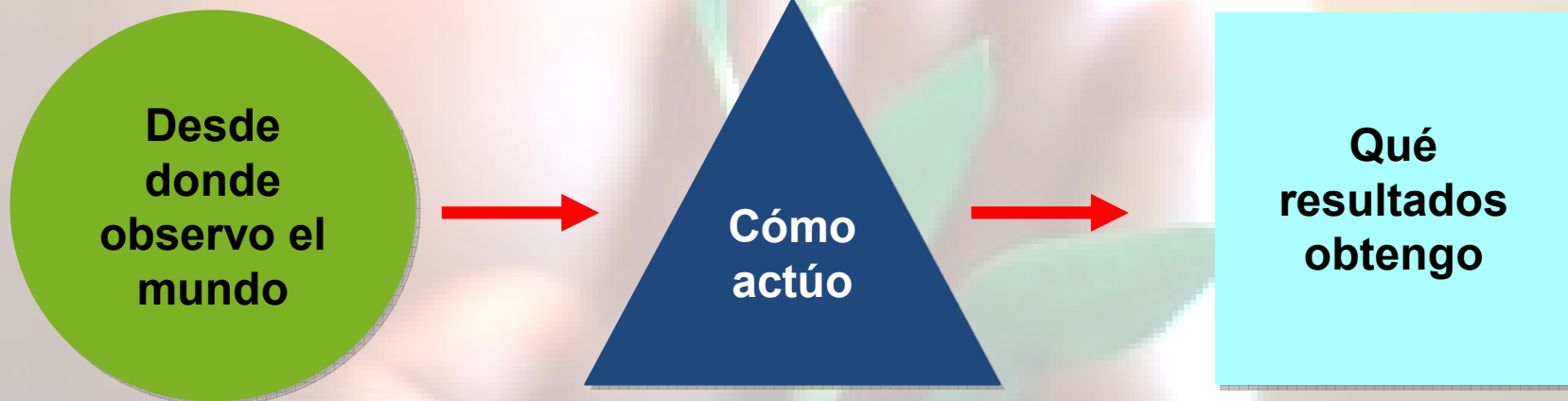
**PARA SER FELIZ**

**Para tener éxito profesional**

**Para resolver conflictos en mi equipo de trabajo**

# ¿Como?

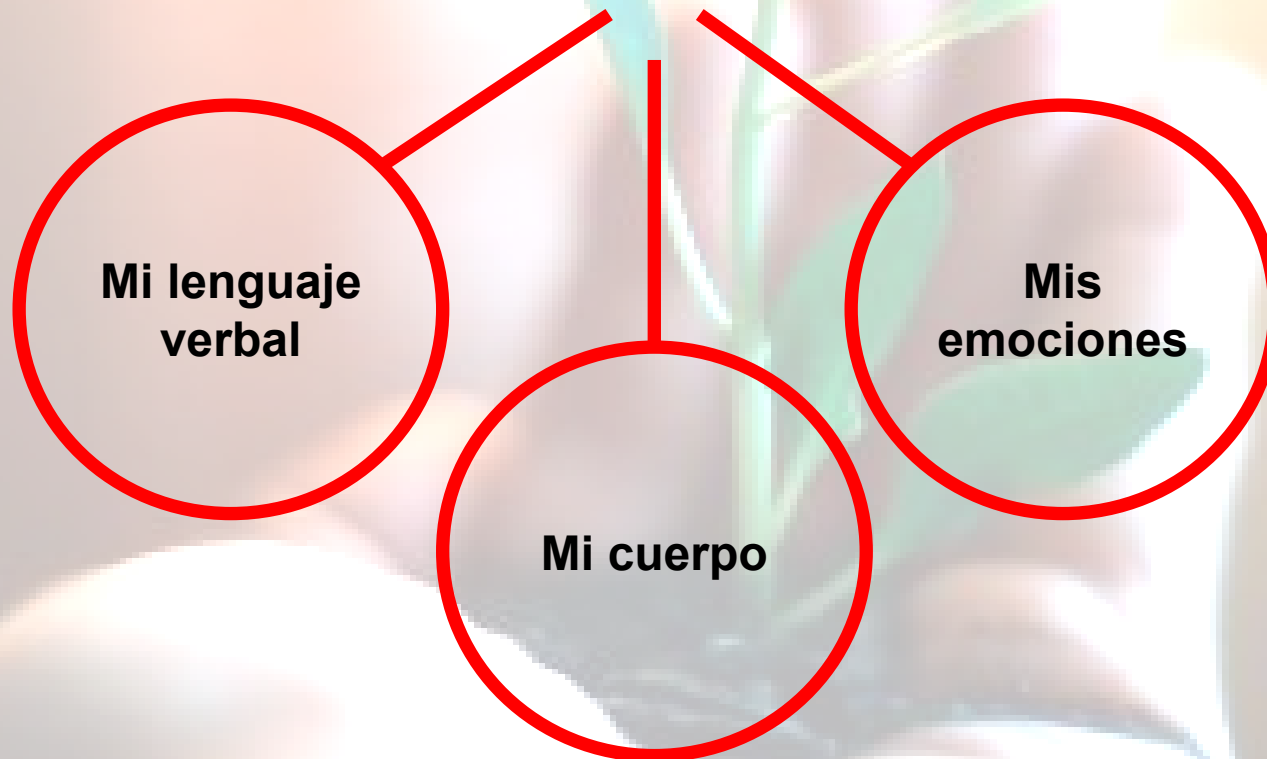
Realizando un ejercicio de reflexión para **ser conscientes** de:



Para más información puedes contactar en los tfños: 915340407 / 655 912 501 o escribir a [info@cavala.es](mailto:info@cavala.es)

# ¿Como?

Y poder modificar los **resultados** que obtengo, **interviniendo** en:



Para más información puedes contactar en los tfnos: 915340407 / 655 912 501 o escribir a [info@cavala.es](mailto:info@cavala.es)

# ¿El qué?

El **PROGRAMA** se estructura de la siguiente manera:

**5 sesiones teórico prácticas** donde se trabajan diferentes aspectos: observador, enfoque, escucha, afirmaciones y juicios, emociones, peticiones y conversaciones.

**2 sesiones de coaching individual** donde se trabaja con algún aspecto concreto a desarrollar por parte de la persona.

**1 jornada de puertas abiertas** donde los participantes exponen uno de los conceptos trabajados en las sesiones.

# ¿El qué?

## EL PROGRAMA DE LAS SESIONES TEÓRICO PRÁCTICAS:

### Donde se tratarán los siguientes temas:

1. El observador. Desde donde observo el mundo, como actúo y que resultados obtengo.
2. Enfoque único y enfoque múltiple
3. La escucha como factor clave de la comunicación
4. Afirmaciones y Declaraciones
5. Juicios: para que sirven, como nos limitan, como fundamentarlos y/o cambiarlos
6. Emociones y estados de ánimo, cómo identificarlas, su utilidad, ¿a qué me predisponen?
7. Peticiones: como amplían nuestro poder e influencia de cara a conseguir el resultado que queremos
8. Diseño de conversación de acciones: como mejorar mis relaciones personales y profesionales

# ¿Cuándo?

DÍA y HORA	CONTENIDO
<b>22 de Octubre</b> 19:00-21:00 horas	El observador. Enfoque único y múltiple
<b>29 de Octubre</b> 19:00-21:00 horas	La escucha. Afirmaciones y Declaraciones
<b>05 de Noviembre</b> 19:00-21:00 horas	Juicios: para que sirven, como nos limitan, como fundamentarlos y/o cambiarlos.
<b>12 de Noviembre</b> 19:00-21:00 horas	Emociones y Estados de ánimo.
<b>19 de Noviembre</b> 19:00-21:00 horas	Peticiones y diseño de conversación de acciones.

\*Las fechas para las **sesiones de Coaching** y la **Jornada de Puertas** abiertas se definirán conjuntamente con los asistentes al programa

# ¿Quién?

El programa será impartido por:



## **Rut Ballesteros Gil – Socia fundadora de CAVALA**

• Coach Empresarial y Personal Certificado por Newfield Consulting, Experta en técnicas avanzadas de coaching a través del Cuerpo y Movimiento desarrolladas por Newfield Network, Practitioner en Programación Neurolingüística por "The Society of Neuro-Linguistic Programming tm" de Richard Bandler. Actualmente formándose como facilitadora de Biodanza en la Escuela Hispánica, método Rolando Toro.



## **Virginia M de Kobbe – Equipo CAVALA**

• Coach Empresarial y Personal Certificado por Newfield Consulting, Experta en Coaching Ontológico y en técnicas corporales, Practitioner en Programación Neurolingüística por "The Society of Neuro-Linguistic Programming tm" de Richard Bandler. Actualmente formándose como facilitadora de Biodanza en la Escuela Hispánica, método Rolando Toro.

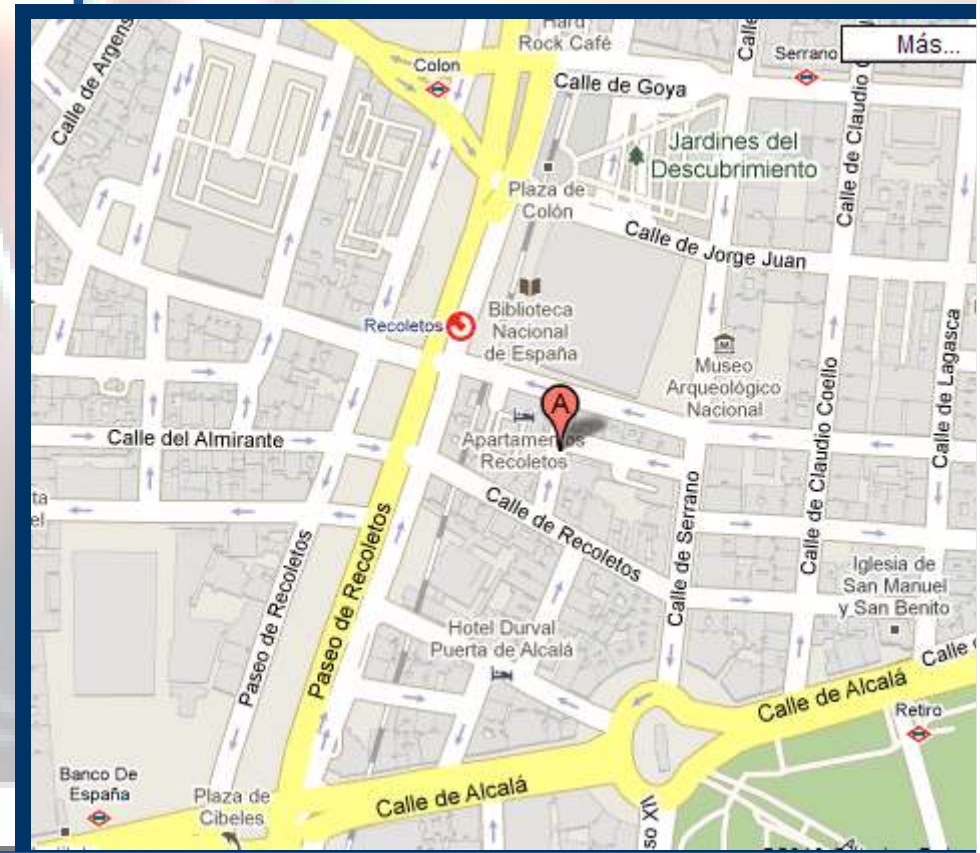


# ¿Dónde?

La próxima convocatoria que comienza el **22 de Octubre a las 19:00h te esperamos en:**

**Calle del Cid**  
**6 – 2º exterior**  
**derecha**

Gracias a la colaboración de:



Para más información puedes contactar en los tfnos: 915340407 / 655 912 501 o escribir a [info@cavala.es](mailto:info@cavala.es)