

CURSO DE FORMACIÓN

**VOLUNTARIADO PARA FAVORECER
EL DESARROLLO PERSONAL,**

resolución de conflictos y habilidades comunicativas

EN LA ACCIÓN SOLIDARIA



Subvenciona



Coordina



Colabora



*Del 10 de noviembre al 10 de diciembre
De 19 h a 21 h (martes y jueves)
Curso online*



Objetivos del curso

- Seguir profundizando en los patrones de comunicación externa e interna y así ayudar a los voluntarios a poner en marcha más herramientas comunicativas con los diferentes colectivos con quienes interactúan.
- Los asistentes al curso aprenderán a tomar consciencia de sus recursos personales y cómo aplicarlos en su labor de voluntariado.
- Conocer cómo reaccionamos ante diversas situaciones y cómo podemos ayudar a actuar de diferente manera para obtener resultados distintos.
- Trabajar las creencias y convertirlas de limitantes a posibilitadoras.



Contenido

- Los tres centros: conocer cuáles son los tres centros de inteligencia, cómo puedo hacer para alinearlos y cómo me puede ayudar a estar mejor conmigo y con los demás.
- Tipos de personalidad: identificación y exploración de las demás.
- Creencias: cuáles son mis creencias limitantes y mis creencias posibilitadoras.
- Técnicas de reencadre de situaciones.
- Trabajo con los niveles lógicos: de mi entorno a mi identidad.
- Resolver conflictos utilizando técnicas de coaching.
- Diseño de objetivos.



Metodología

- Práctica de técnicas y herramientas de coaching y programación neurolingüística para experimentar en primera persona y asimilar el aprendizaje.
- Técnicas de relajación y dinámicas grupales para generar un buen clima de participación entre los asistentes.
- Herramientas de movimiento para tomar consciencia de mi estado corporal.


PONENTE:

Enrique Visairas Blanco

Máster Trainer en Programación Neuro Lingüística, coach personal (acompañamiento a personas en sus procesos de cambio interno) y formado en yoga integral.



Información e inscripciones



Servicios Sociales del
Ayuntamiento de Arnedo
C/ Carretas, 3
Arnedo (La Rioja)
Tel.: 941 38 57 66
(Lunes a viernes: 9 h-14 h)

Federación Riojana de Voluntariado Social
C/ Muro de la Mata, 8 - 3º C. Logroño
(Lunes a viernes: 9 h-14 h)
Tel: 941 26 29 53
www.voluntariadosocialrioja.org