



# Escuela Europea de Coaching

## EEC

**Nombre Programa Aprobado: Consciencia Emocional, CONEM by EEC**

1 octubre 2016

**Contacto:** info@escuelacoaching.com

**Teléfono:** 91 700 10 89

**E-mail:** info@escuelacoaching.com

**Web:** [www.escuelacoaching.com/especializacion/conem-consciencia-emocional-by-eec](http://www.escuelacoaching.com/especializacion/conem-consciencia-emocional-by-eec)

**Dirección:** Zurbano 23, entreplanta derecha, 28003 Madrid

**Fechas de validez:** 1 Octubre 2016 hasta 31 enero de 2021

**Total Unidades CCE: 48**

**Unidades y Categorías CCE:** 39 Unidades en el Área de Competencias Clave  
9 Unidades en el Área de Recursos de Desarrollo

### Objetivo:

El Programa "Consciencia Emocional" ofrece un análisis, comprensión, experimentación y dominio del universo de las emociones como elementos esenciales en los procesos de transformación. Partimos de la premisa de que somos más efectivos como líderes y/o como coaches cuando conocemos y gestionamos los vaivenes emocionales.

El programa pone el acento en las emociones que se suceden a ambos lados de una relación de acompañamiento durante un proceso de transformación personal y profesional. Por tanto el coach, el psicólogo, el mentor, etc., adquiere herramientas y recursos con los que impulsar a su interlocutor (coachee, cliente, alumno...) a encontrar la emoción imprescindible con la que lograr sus objetivos.

### Contenidos:

- Aprender a darle un espacio de calidad al fenómeno afectivo y descifrar el mensaje que comunica.
- Conquistar recursos creativos para el trabajo con clientes, alumnos, paciente, etc.
- Aumentar la consciencia acerca de lo que nos pasa biológicamente cuando nos emocionamos para entender mejor lo que nuestro cuerpo nos quiere comunicar.
- Mejorar la percepción corporal.
- Entrenar fórmulas para sostener la emoción necesaria para el cambio en la relación de acompañamiento.
- Aprender a aplicarnos a nosotros mismos lo aprendido en clase.
- Aplicar nuevas formas de intervención desde el cuerpo, la emoción y el lenguaje.

Otros:

Es un programa vivencial, eminentemente práctico, que invita a pasar por la experiencia, aprender de ella en primera persona y elaborar en forma conjunta las aplicaciones prácticas posibles. Parte del trabajo será reencontrarnos con nuestro cuerpo como el gran teatro de las emociones.

Las tareas y lecturas fuera de aula refuerzan y posibilitan la aplicación de lo aprendido en clase.

Además las sesiones prácticas supervisadas permitirán la consolidación de las herramientas aprendidas en clases.

**Esta organización ofrece un programa de formación aprobado por ICF como CCE.**