



abiwell

**Curso de
Coaching Corporal**

Presentación

La incorporación de la dimensión emocional y corporal, como herramienta útil a la hora de manejarnos en ambientes de transformación, surge del convencimiento de que los procesos de aprendizaje involucrados, requieren sumar a los tradicionales recursos de la razón la poderosa herramienta del sistema emocional y corporal del ser humano.

Trabajar desde el cuerpo nos acerca a una dimensión de creación simple, humana y múltiple. Esto nos hace posible una auténtica disponibilidad para lo real y lo terrenal, “no olvidando que tal vez hay mas sabiduría en nuestro cuerpo que en nuestra filosofía más profunda”. (Nietzsche, 1967)



Aportes del curso

Aprendizaje de distinciones corporales para la práctica del coaching.

Desarrollo de competencias corporeo-emocionales de acompañamiento.

Aprendizaje de herramientas corporales para contribuir en la generación de cambios profundos en los coachees.

Práctica de ejercicios corporales para el desarrollo de competencias específicas que los coachees se marcan como reto.

Entrenamiento de una metodología de observación e intervención corporal para una práctica de coaching integral.

Despliegue de los propios recursos corporales del participante para su profesión y para la vida.

Destinado a

Coaches que quieran ampliar sus competencias como coach y su capacidad de sostener procesos transformacionales profundos.

Coaches que deseen desarrollar una actitud de auto-observación corporeo-emocional, como práctica de vida.

Contenidos del programa

- Sensibilidad cinestésica: percepción del propio cuerpo y destreza motora.
- Estructura de coherencia a través de la mirada holística de la figura humana.
- Calibración del movimiento para elegir la puerta de acceso e influir sobre el cerebro emocional.
- Narrativa corporal: corazas musculares y experiencias emocionales.
- Biocentrismo: 5 líneas vitales. Estimulación de los potenciales genéticos que constituyen la estructura básica de la identidad.
- Generación de un cuerpo flexible y estable que permita sostener las emociones de vulnerabilidad e incertidumbre.
- Tabla de ejercicios específicos para desarrollar las competencias del coach: sostener la emoción, intervenir, generar autonomía, ser una posibilidad para el coachee...
- Tabla de ejercicios específicos para desarrollar las competencias del coachee: orientación al logro, gestión del conflicto, asertividad, generación de vínculos, liderazgo...



Metodología

Es una formación **presencial**.

Nuestra propuesta abarca diversas prácticas corporales enfocadas hacia el ejercicio de un coaching integral.

Se combinan diferentes espacios de aprendizaje:

- Talleres presenciales.
- Prácticas individuales y grupales.
- Sesiones supervisadas grupales de coaching corporal.
- Tareas y lecturas.



Requisitos

Para la certificación:

- Asistencia al 80 % de jornadas lectivas.
- Haber realizado las tareas y lecturas.
- Haber realizado las prácticas de Coaching Corporal.
- Superar el examen final.



Información

Si quieres recibir más información sobre este programa o formalizar la inscripción, por favor, contacta con nosotros en:



abiwell@abiwell.es



670 443 848

¡Nos encantará ayudarte!