

COACH ACTING
TRAINING

MAESTRÍA PERSONAL



Coach Acting Training

CENTRO DE FORMACIÓN
PERSONALIZADA

DESARROLLO DE LA COMPETENCIA DOMINIO PERSONAL

- **OBJETIVO GENERAL Y BENEFICIO DEL PROGRAMA:**

- Sentir que “vivir la vida como humanos” tiene sentido en cada acción cotidiana que experimentamos.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Entrenar desde la práctica diaria los pilares de la co-creación para transformar las formas de relación con nosotros mismos, con las personas y con el entorno.
- Conseguir que los pilares de la co-creación se vayan instaurando en el sentir + hacer + pensar de cada participante.

- **PILARES DE LA CO-CREACIÓN:**

- Pensamiento Sistémico, Amor, Integridad, Determinación, Belleza y Cooperación.

DAME SEIS HORAS PARA TALAR UN ÁRBOL Y PASARÉ LAS PRIMERAS CUATRO HORAS AFILANDO EL HACHA.

/ ABRAHAM LINCOLN

LA MEJOR MANERA DE CAMBIAR EL FUTURO ES DISEÑARLO

/ M. COBANLI

MAESTRÍA PERSONAL

7 MÓDULOS DE ENTRENAMIENTO PRÁCTICOS
QUE INCLUYEN LA EJECUCIÓN DE DESAFÍOS
INDIVIDUALES Y GRUPALES.

AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y ENERGÉTICA

Activación de la capacidad de autoobservación para detectar las señales y los puntos de inflexión que manifiesta el cuerpo.

Técnicas para detectar y auto-gestionar las emociones y los pensamientos.

Recursos liberadores de carga energética y emocional.

Cómo comunicar desde la neutralidad, sin carga emocional y con asertividad.



COACH ACTING TRAINING
MAESTRIA PERSONAL

01

SISTEMA DE CREENCIAS Y VALORES



Detección de creencias limitantes y
facilitadoras.

Descubrimiento de los mecanismos de
funcionamiento psicológico,
emocional, corporal, conductual.

Patrones de pensamiento y patrones
ancestrales.



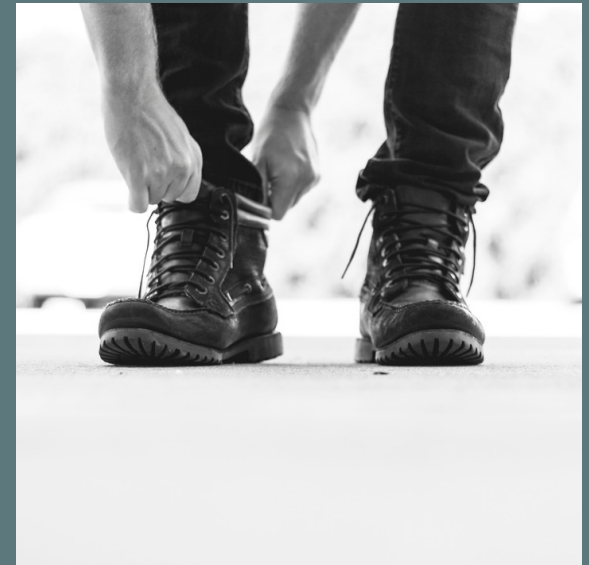
ACTING=ACCIÓN

Cómo diseñar un plan de acción efectivo y con sentido.

Conexión con la voluntad para la acción y la determinación.

Cómo apoyar el logro del objetivo desde las dimensiones mental, emocional, corporal y transpersonal.
Generando el imán de la suerte.

COACH ACTING TRAINING
MAESTRIA PERSONAL



U4

AUTOMOTIVACIÓN



Cómo conectar con la motivación intrínseca de cada persona y grupo.
Recursos para conseguir que la pasión fluya con la acción.
Técnicas para auto-motivarse y seguir el sentido de vida personal.
Resiliencia y recursos para vivir en el cambio.

ESPIRITUALIDAD APLICADA

La acción consciente como camino espiritual.

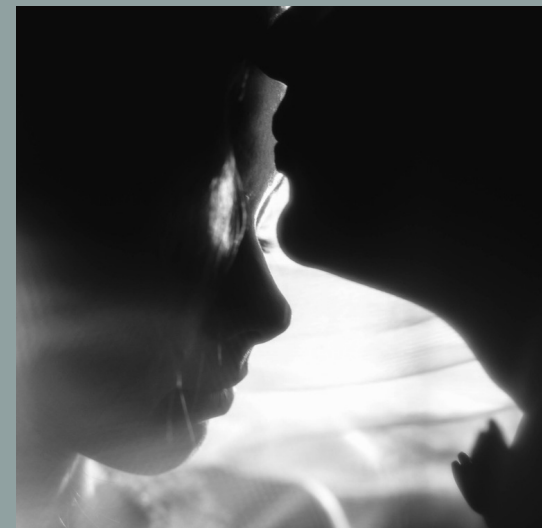
Los diferentes niveles/estados de conciencia.

Las señales del cuerpo, del entorno y de la naturaleza como camino de crecimiento personal.

Practicando las virtudes que nos permiten amar y ser amados.

05

COACH ACTING TRAINING
MAESTRIA PERSONAL



TRANSFORMACIÓN PERSONAL

Descubriendo los valores que lideran
nuestra vida.

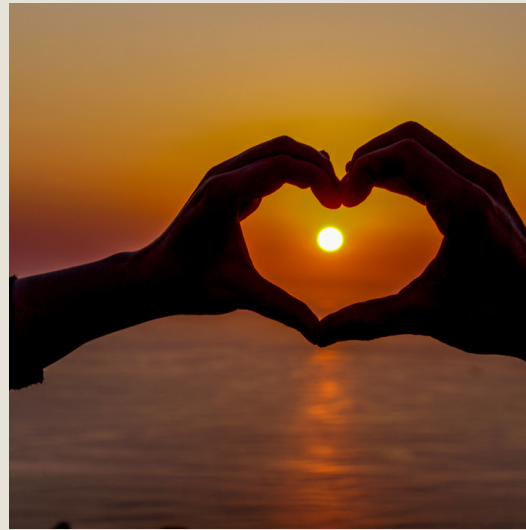
Tomando conciencia de lo que
queremos y lo que generamos con
nuestro Acting=Acción.

¿Quién construye hoy nuestra
identidad?

Trascendiendo el ego.

Integrando la acción con la inacción
para encontrar la paz.

Conectando con la grandeza de liderar
nuestra vida a través de Humildad + la
Voluntad.



COACH ACTING TRAINING
MAESTRIA PERSONAL

06

CONCIENCIA CORPORAL

Cómo preparar el cuerpo para la actuación en la vida cotidiana:
Ejercicios de respiración,
concentración, relajación.

Higiene postural: ejercicios básicos
para tomar conciencia del cuerpo y
conciencia de presencia en los
diferentes contextos.

Movilizando, motivando, animando y
comprometiendo el cuerpo hacia la
creación personal y colectiva.





METODOLOGÍA COACH ACTING®

Innovadora metodología para el desarrollo de habilidades personales y profesionales

VISIÓN ESTRATÉGICA + EDUCATIVA + FILOSÓFICA

Basada en los principios del coaching combina Herramientas Pedagógicas + Estrategias, tácticas y herramientas de RRHH y Dirección Estratégica + Recursos U-learning



ENTRENAMIENTO EN MAESTRÍA PERSONAL

Duración: 9 meses.
1 módulo = 5 semanas

Formato virtual con Experiencias Maestras individuales y Grupales.

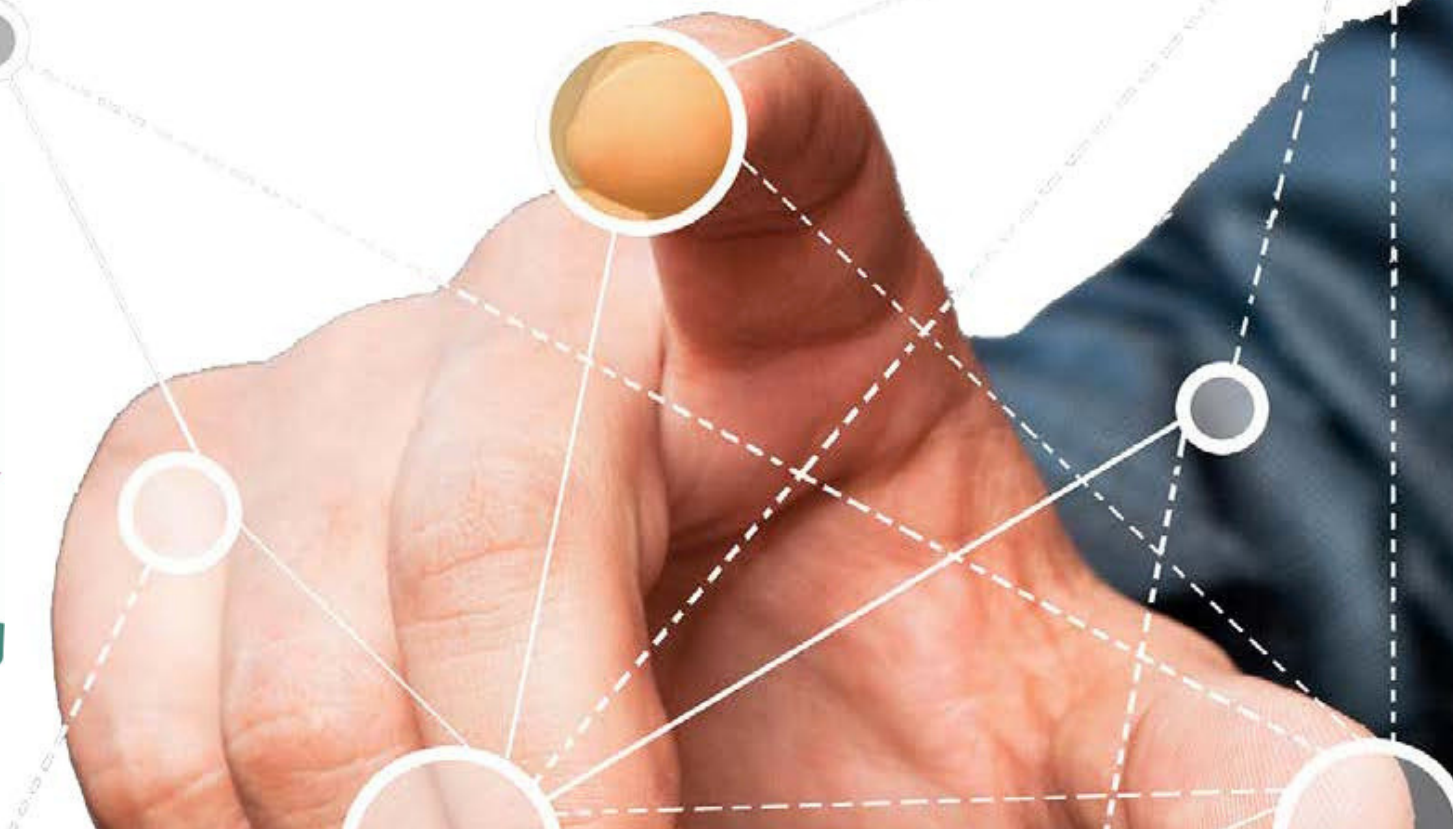
Requisitos: disponer de un Smartphone u ordenador con equipo multimedia.

Dedicación:
1 Experiencia por semana.
1 clase virtual en formato videoconferencia por módulo.
Interacción constante en foro colaborativo con el grupo de alumnos.
Interacción constante en foro privado con el profesor.

Solicita información para pago aplazado en cuotas



Coach Acting Training



CONTACTO

cat@coachacting.org

www.coachacting.org

.+34 930 107 967 / +34 695 583 711

COACH ACTING TRAINING

CENTRO DE FORMACIÓN
PERSONALIZADA