

Formación basada en la IE



www.viacoach.com
www.viacoach.com/e-learning.php
elearning@viacoach.com

**CURSO
VIVENCIAL
A DISTANCIA**
e-Learning

Bienvenidos a e.L_{method}

Con este curso, pensado para un aprendizaje a distancia, queremos brindarte una formación para tu desarrollo personal / profesional que, sumado al de muchas otras personas, contribuya al desarrollo humano. Cada unidad didáctica te acercará a un marco común de conceptos, conocimientos y experiencias desde el cual, podrás identificar y re-significar tanto la particularidad de tus saberes previos al curso, como aquellos que logres aprehender, interiorizar y aplicar, a través del método de aprendizaje que propondremos.

Creemos que todo encuentro nos abre una puerta hacia el conocimiento personal e interpersonal que enriquece nuestra experiencia de vida.

Confiamos en que este aprendizaje compartido, será una experiencia transferible a todos los ámbitos de tu desempeño, dando un valor agregado a tu formación.

1

e.L para un Curso Vivencial a Distancia

ViaCoach asume el desafío epistemológico que implica un curso **vivencial** a distancia, concibiendo esta propuesta como un **proceso de enseñanza y aprendizaje compartido**, es decir, a dos partes.

Para ello, hemos creado un estilo narrativo experimental, que pueda **afectar** al lector a nivel de sus particulares vivencias.

El objetivo de **e.L** radica en que cada participante **sienta, reflexione, conceptualice** y **aplique** el aprendizaje propuesto. Sabemos que sólo así, completando estos 4 puntos (sentir, reflexionar, conceptualizar y aplicar) se alcanza el objetivo fundamental de cualquier **aprendizaje efectivo**.

A través de **e.L** acompañaremos al participante en la odisea de un viaje interior para que, transformando los conocimientos ofrecidos en el vehículo de **su autoconocimiento**, llegue a ocupar, o al menos re-definir, **su lugar** en el mundo.

El enfoque del curso

Consideramos que el enfoque de este curso es integral, porque abordaremos su desarrollo didáctico contemplando diferentes puntos de vista:

- **El lenguaje:** Como base fundamental del coaching. Ya que es importante detectar cuando el lenguaje es facilitador u obstaculizador en el proceso de comunicación.
- **La psicología de las emociones:** Como base fundamental para una gestión personal e interpersonal satisfactoria, dado que las emociones son el motor de nuestros deseos, motivación y acciones certeras.
- **La conciencia Social:** Estamos convencidos de que sólo el crecimiento individual puede propiciar el desarrollo a mayor escala (familiar, institucional, organizacional, social, regional y global).
- **La interculturalidad:** entendiendo que las personas somos portadoras de un determinado modo de pensar y actuar, desde ViaCoach pensamos que el autoconocimiento es el camino adecuado para evitar la transculturalización y la pérdida de identidad.

Contenidos

Este curso consta de nueve unidades didácticas

Unidad Didáctica I

Bases de nivelación hacia el aprendizaje **e.L**

4

En esta unidad haremos un recorrido, de lo macro a lo micro, por la realidad que define nuestro tiempo.

Actualizaremos conceptos para poder profundizar luego, en el desarrollo de la inteligencia emocional.

Unidad Didáctica II

Las Emociones Básicas

A través del conocimiento de las emociones básicas y su función, en esta unidad aprenderemos a identificarlas en nosotros mismos, para ir ampliando los matices de nuestro *emocionar*.

Vivir es sinónimo de emocionar

Humberto Maturana, Premio Nobel de Medicina y fisiología

Unidad Didáctica III

Sentimientos y Pensamiento

En la medida que ampliamos la gama en nuestra paleta de emociones, podemos comprender y fluir mejor en la complejidad de nuestros sentimientos y formas de pensar.

Unidad Didáctica IV

Creencias limitantes y Valores

En esta unidad revisaremos la construcción de nuestra imagen y nuestra autoestima (muchas veces sostenidas en creencias limitantes), para funcionar con mayor autoconfianza desde nuestros valores esenciales.

Unidad Didáctica V

El Autoconocimiento

El eje central de esta unidad es el *darse cuenta*. Saber quiénes somos y no quienes creemos ser, requiere del conocimiento de nuestros mecanismos adaptativos (usualmente desactualizados), que nos llevan a automatismos de comportamiento y a actitudes de resistencia al cambio.

Si quieres conseguir cosas distintas, no sigas haciendo las cosas de la misma manera.

Albert Einstein

5

Unidad Didáctica VI

Los modelos mentales

No vemos las cosas como son, vemos las cosas como somos.

El Talmud

Nuestro paradigma occidental determina nuestros propios modelos mentales. Desde Einstein en adelante, científicos y pensadores nos invitan a reconsiderar estos patrones de pensamiento, desde la necesidad global de un cambio de consciencia. En esta unidad abordaremos los aspectos que son necesarios integrar para encaminarnos hacia tal fin.

Unidad Didáctica VII

La Comunicación

En este bloque, los conocimientos ofrecidos nos permitirán aprender cómo es el proceso dinámico de la comunicación. Trabajaremos en torno al lenguaje, la escucha, y la aceptación de las diferencias, entre otras competencias necesarias para la comunicación, preparándonos para entrenar habilidades de la inteligencia emocional tales como la asertividad.

Unidad Didáctica VIII

La Motivación

Hasta aquí, el curso nos ha preparado para generar la energía de expansión y realización personal. La motivación, como motor de nuestras acciones, será el vehículo para definir nuestra *misión*, nuestra *visión* y el establecimiento de *compromisos* que nos pongan en marcha.

6

Unidad Didáctica IX

Resolución de Conflictos

En la última unidad de este curso, analizaremos el clima subyacente en los conflictos intra e inter personales. Desde una perspectiva sistémica, aprenderemos a enfrentar el conflicto, como un desafío constante y, a entenderlo también, como una oportunidad.