

Marta Albaladejo Mur
Coaching Sistèmic Transaccional



**MIRANT CAP A
LA SOLUCIÓ**

FORMACIÓ EN COACHING

La formació que presentem és molt pràctica i està orientada a obtenir resultats comprovables. Fa 40 anys que el *coaching* està demostrant ser eficaç en l'àmbit de l'esport, de l'empresa, de l'educació, de la sanitat i d'altres, perquè les persones assoleixin les fites que es proposen, anivellin la seva autoestima i s'automotivin.

Aquesta formació inclou les aportacions teòriques necessàries perquè les persones assistents puguin continuar fent-se *autocoaching* després del curs; o aplicar el *coaching* a d'altres persones: aplicarem l'Anàlisi Transaccional i l'enfocament sistèmic de Bert Hellinger a la metodologia del *coaching*.

El programa està organitzat en dos nivells:

Primer nivell *Autocoaching per al coach*

El primer nivell és un *coaching* de grup, per a persones que vulguin desenvolupar encara més les seves competències emocionals i afrontar els reptes que se'ls plantegen (canvis professionals, presa de decisions, educació dels fills, resolució de conflictes, relacions de parella difícils, etc.). Cada participant es fixarà objectius que anirà aconseguint amb les activitats, la informació i l'atenció individual que requereixi.

Segon nivell *Eines per al coaching amb clients*

El segon nivell és per a persones que ja hagin passat pel procés de *coaching* del primer nivell i vulguin conèixer millor la metodologia del Coaching Sistèmic Transaccional (CST) per fer de *coach* a d'altres persones:

- Professionals que es dediquen al món de l'educació, el treball social, o la sanitat, que vulguin incorporar una mirada sistèmica que els porti millors resultats i menys estrès en la seva feina.
- Professionals de l'assessorament, la formació o la consultoria en empreses i altres organitzacions, amb responsabilitat sobre les persones, que vulguin incorporar una metodologia per acompanyar les persones o els equips en els canvis que s'hagin proposat.
- Psicòlegs, terapeutes o *coachs* que vulguin integrar la metodologia del *coaching* i l'enfocament sistèmic de Bert Hellinger a la seva pràctica i encaminar cap a la solució situacions humanes problemàtiques dels seus clients que han estat molt difícils de desbloquejar amb altres enfocaments.



Objectiu

Aplicar la metodologia del *coaching*, la teoria de l'Anàlisi Transaccional i la visió sistèmica de Bert Hellinger a la vida personal i a la professió per millorar-ne els resultats.

Metodologia

- Presentació teòrico-pràctica dels mètodes del *coaching*, l'Anàlisi Transaccional i la Hellinger Sciència.
- Entrenament en competències emocionals per assolir els objectius vitals i professionals dels assistents.
- Exercicis per al desenvolupament de les habilitats i de l'actitud necessàries per acompanyar processos de canvi en altres persones.
- En el segon nivell, supervisió de pràctiques amb clients.



Coordinadora i docent

Marta Albaladejo es dedica a la formació en diverses universitats, empreses i administracions públiques des del 1983; des del 2002 exerceix com a assessora personal i *coach* i des del 2003 és membre de la International Coach Federation. Es va llicenciar en filologia a la Universitat de Barcelona i es va formar com a psicoterapeuta transaccional als Seminari Internazionali Eric Berne. Màster en gestió de la comunicació a les organitzacions. S'ha format en constel·lacions familiars amb Bert i Sophie Hellinger i Brigitte Champetier i en pedagogia sistèmica amb Angélica Olvera. Els seus darrers llibres són: *La comunicació més enllà de les paraules* (2007, Graó) i *Com dir-ho* (2010, Graó).

Docent convidada

Rupa Rodríguez és facilitadora de constel·lacions familiars des del 1999 i investigadora i pedagoga de l'ésser des del 1980. Iniciada al xamanisme amb els indis huicholes (Mèxic), mestra de meditació i tantra, formada en bodywork, bioenergètica, co-dependència i PNL, diplomada en Hellinger Sciència, diplomada i màster en Pedagogia sistèmica, formadora de formadors en programes per a joves i fundadora de l'associació Oripavi.

1r nivell *Autocoaching* per al coach

Continguts

1.1 El *coaching* i l'enfocament sistèmic de Bert Hellinger, mirant cap a la solució. Passos per a l'*autocoaching*.

- Què és el *coaching*?
- Què significa aprendre segons aquest enfocament?
- El procés de *coaching*: les fases.
- Què desitges realment aconseguir?
- Les pròpies competències emocionals.

1.2 Una persona és un sistema. L'aportació de l'Anàlisi Transaccional.

- Per què les persones no aconsegueixen el que es proposen?
- Introducció a l'Anàlisi Transaccional.
- Els "estats del jo" d'Eric Berne des de la perspectiva sistèmica.
- El gran poder de les preguntes del *coaching*. Pràctiques amb preguntes potents (claus de judo interpersonal).
- El reconeixement i la teoria de les carícies.

1.3 Les lleis que regeixen els sistemes familiars.

- Què entenem per sistema familiar?
- La pròpia família.
- A què ens referim quan parlem d'ordre i desordre?

1.4 Les lleis que regeixen les relacions entre pares i fills.

- Els "ordres de l'amor" segons Bert Hellinger.
- Les particularitats de les relacions entre pares i fills.
- Aplicacions a les pròpies relacions familiars.

1.5 Ordres i desordres dins l'educació, la teràpia i el treball social.

- La posició professional respecte del client, de l'alumne, del pacient, de l'usuari.
- La relació d'ajuda i l'autoresponsabilitat: els rols dins del joc psicològic.
- Anàlisi de casos reals.

1.6 Les lleis que regeixen les organitzacions humanes.

- Els objectius de l'empresa, la ONG, l'Administració.
- *Coaching* per a la professió.
- La contribució a l'organització: créixer, mantenir o bloquejar?



2n nivell Eines per al *coaching* amb clients

Continguts

2.1 El *coaching* i l'enfocament sistèmic de Bert Hellinger, mirant cap a la solució.

- “Els ordres de l'ajuda” segons Bert Hellinger. Punts en comú amb l'actitud del *coach*.
- Entrenament de la percepció.
- Pràctiques per a mantenir-se en la relació Adult-Adult. Tipus de transaccions. Les transaccions d'un procés de *coaching* efectiu: La pregunta. L'especificació. La confrontació.
- Configuracions individuals amb objectes, amb papers i visualitzacions. Utilitat i limitacions.

2.2 Una persona és un sistema. L'aportació de l'Anàlisi Transaccional.

- Contaminació i exclusió.
- La posició existencial.
- El guió de vida. Tipus de guions. Les decisions precoces.

2.3 Les lleis que regeixen les relacions familiars.

- Ordre i desordre dins la família.
- Emocions primàries i secundàries. Les emocions paràsites. Les emocions adoptades.
- La consciència arcaica i el desenvolupament personal. Nivells de consciència.
- La reordenació dels sistemes i la superació dels seus límits; exemples de casos reals.
- Culpa i innocència en les relacions. Les dinàmiques sistèmiques de compensació.

2.4 Les dinàmiques de la relació de parella. Anàlisi de casos.

- Donar i rebre dins la parella.
- Els sistemes d'origen i la relació de parella.
- Projeccions, dols sense elaborar, parelles anteriors, fills de parelles anteriors.

2.5 Ordres i desordres dins l'educació, la teràpia i el treball social.

- La posició professional respecte del client, de l'alumne, del pacient, de l'usuari. La relació d'ajuda i els rols dins del joc psicològic.
- Què és la relació terapèutica. Transferència i contratransferència.
- Pràctica de les habilitats per no entrar en contratransferència.
- Anàlisi de casos reals.

2.6 Ordres i desordres dins les organitzacions.

- Les relacions jeràrquiques i els desordres.
- Configuracions amb objectes aplicades a organitzacions.
- Moviments sistèmics d'organitzacions.

Primer nivell

Nombre d'hores 72 hores.

Calendari

15 d'octubre de 2011
12 de novembre de 2011
28 de gener de 2012
25 de febrer de 2012
14 d'abril de 2012
12 de maig de 2012

Inversió

600 €: reserva de plaça 100 € + pagament a l'inici del curs de 500 €

Segon nivell

Nombre d'hores 72 hores.

Calendari

16 d'octubre de 2011
26 de novembre de 2011
4 de febrer de 2012
24 de març de 2012
21 d'abril de 2012
26 de maig de 2012

Inversió

600 €: reserva de plaça 100 € + pagament a l'inici del curs de 500 €.

Horari

Dissabte de 10:00 h a 14:00 h i de 16:00 h a 20:00 h; més 3 tallers de configuracions sistèmiques de 10:00 h a 14:00 h i de 16:00 h a 20:00 h en dissabte o en diumenge.

Lloc

Gran Via de les Corts Catalanes, 566 (c. Muntaner), 4t A 08011 Barcelona



Tallers monogràfics de constel·lacions sistèmiques (per triar-ne 3)

Dissabte 17 de setembre de 2011. La realització professional: la carrera professional, els estudis, una nova empresa, un nou producte. Marta Albaladejo.

Dissabte 22 d'octubre de 2011. Les dinàmiques de la relació de parella. Rupa Rodríguez.

Dissabte 19 de novembre de 2011. Les organitzacions: empresa, escola, administració pública, ONG. Marta Albaladejo.

Dissabte 17 de desembre de 2011. La realització professional: la carrera professional, els estudis, una nova empresa, un nou producte. Marta Albaladejo.

Diumenge 26 de febrer de 2012. L'educació dels fills. Rupa Rodríguez.

Dissabte 3 de març de 2012. L'èxit, els diners, la prosperitat. Marta Albaladejo.

Diumenge 15 d'abril de 2012. Conflictes familiars. Rupa Rodríguez.

Dissabte 19 de maig de 2012. Les organitzacions: empresa, escola, administració pública, ONG. Marta Albaladejo.

Dissabte 9 de juny de 2012. Les dinàmiques de la relació de parella. Marta Albaladejo.

Per obtenir el certificat de primer nivell de Coaching Sistèmic Transaccional

Cal l'assistència a un mínim del 85% de les 72 hores de formació. Amb aquest certificat es pot accedir al segon curs de Coaching Sistèmic Transaccional. Per a les persones que vulguin una formació més completa en constel·lacions familiars, el certificat permet accedir al monogràfic "Empezar a constelar" de Brigitte Champetier.

Per obtenir el certificat com a Coach Sistèmic Transaccional de Marta Albaladejo

Cal haver assistit com a mínim al 85% de les 72 hores de formació i presentar una memòria del propi procés de coaching i d'un cas supervisat de coaching en pràctiques.



Informació i inscripcions

Tel: 934536879 • 660156373

info@coaching-comunicacio.com

www.coaching-comunicacio.com