

## PNL COACHING

### Jarduera

Ohituratze eta entrenamenduaren bitartez, eta jarrera zein hizkera prozesuak heziz, pertsona arteko komunikazioa hobetzen ikasi.

### Deskribapena

Ikastaro honetan pertsona arteko komunikazioa hobetzen saiatuko gara, horretarako jarrera zein hizkera prozesuak heziz, ohitura eta ariketen bidez helburuak lortzeko.

Programaketa Neurolinguistikoak (PLN) burmuinaren barne-lengoaia erabiltzen irakasten du, irudi, soinu eta sentipenak norbere buruarekin edota ingurunearekin komunikatzeko erabiliz, eta zer nolako jarrera eta sentipen izango ditugun erabaki ahal izateko tresna egokiak luzatuz. Gure jarreraren eta, azken finean, gure bizitzaren norabidearen gaineko kontrola izatea ahalbidetzen digu.

Coaching-ak giza-kapitala garatzen laguntzen du, baita lidergoa sustatzen edo errendimendua areagotzen ere. Pertsona arteko zein lan-harremanetan hobetzeko egokiak diren tresnak luzatzen ditu, elkarrizketa positibo eta galdera eraikitzaileen bidez ikasketa-gune berriak irekiz eta komunikaziorako trebetasunak garatuz.

### Helburuak

- Gure pertsona arteko harremanekin zer lortu nahi dugun ikasi.
- Irtenbide eta estrategia propioak sustatu.
- Hiritar partaidetzarako gune berriak zabaldu.
- Hiritarren kulturmina asetzea.

### Programa

#### 1. Hiruhilekoa.

- Hitzez-gorputzeko komunikazioa.
- Bizitzaren gurpila.
- Galdera indartzaileak.
- Helburuen diseinua

#### 2. Hiruhilekoa

- Entzute aktiboa "Rapport".
- Komunikazio teknikak.
- Komunikazio estiloak.
- Praktikak.

### 3. Hiruhilekoa

- Sinesmen mugatzaileak.
- Hizkuntzaren meta modeloa.
- Etorkizunerako zubia eta balio gurpila.

### Irakaslea

- Prokulturako irakasle taldea

### Nori zuzendua

Helduak.

### Ikasleak eraman beharreko materiala

Apunteak hartzeko materiala.