

Eines de coaching per a la prevenció de riscos psicosocials

Objectius

- **Dotar d'eines** els comandaments per desenvolupar el seu lideratge.
- **Conèixer el coaching** com a eina per millorar el rendiment dels seus col·laboradors.
- **Aprendre a fer coaching** a través del propi procés individual.



Programa

1. Què és i no és coaching

El coaching com a eina per treure el màxim potencial de les persones. Diferències amb el mentoring i la formació

2. El líder-coach

Diferències entre cap i líder. Tasca vs. relació

3. Preguntes poderoses

Elements que ha de tenir una pregunta per provocar el canvi

4. El feedback i el feedforward

Característiques d'un bon feedback i diferències amb el feedforward

5. Els 3 dominis del coaching

El llenguatge, el cos i les emocions

6. Les fases del procés de coaching

El mètode GROW: Objectiu, Realitat, Opcions i Compromís



Durada: 12 hores