

## OBJETIVOS

### Generales

- Ⓟ Mejorar globalmente, la autopercepción del bienestar de las participantes, de su salud, tanto física como psicológica y por tanto, mejorar y normalizar su calidad de vida.
- Ⓟ Desarrollar las competencias necesarias para poder utilizar, con otras personas, herramientas de coaching conversacional, en el equipo de voluntariado de la Bruno Salvadori Lions Fundación.

### Específicos

- Ⓟ Mejorar la autoestima de las participantes, como uno de los indicadores principales de mejora de la calidad de vida.
- Ⓟ Cambiar las creencias personales negativas, de manera que se consiga un impacto en todas las variables psicofísicas relacionadas con las mismas.
- Ⓟ Producir mejoras vitales y de auto-percepción a través de modificaciones de pensamiento, emociones, cuerpo y lenguaje.
- Ⓟ Disminuir los síntomas de ansiedad y depresión, dotando a las participantes de las herramientas necesarias para su control.
- Ⓟ Potenciar la autoconfianza para lograr los objetivos del taller.
- Ⓟ Mejorar la gestión corporal, tanto estática como dinámica, para conectar las emociones y el lenguaje con resultados vitales.
- Ⓟ Dotar, a las participantes, de las herramientas necesarias para que puedan ayudar a otras personas en su misma situación.

## METODOLOGÍA

- Ⓟ Durante todo el programa se utilizarán como base, técnicas de coaching ontológico y corporal.
- Ⓟ El coaching consiste en la relación que se establece entre el coach, que dirige la sesión, y los coachees, nombre que se utiliza para designar a los participantes en estos tipos de programas.
- Ⓟ El objetivo del coaching, es restablecer las fuerzas y herramientas innatas que poseen los seres humanos, que les ayudan a obtener lo mejor de sí mismos, en situaciones difíciles como son los procesos de curación de enfermedades importantes como puede ser el cáncer.
- Ⓟ Nuestro taller de coaching, está basado en las fuerzas innatas de mejora, tanto en los aspectos físicos como psicológicos, que poseen las personas.
- Ⓟ La autoconciencia, generación de nuevas visiones positivas, establecimiento de objetivos de mejora, planes de acción y la autoevaluación, serán las herramientas utilizadas en este taller.
- Ⓟ La función del coach, en todo el proceso, es de servicio y apoyo a los coachees.

## TÉCNICAS ESPECÍFICAS

El taller utiliza todas las herramientas propias del coaching ontológico, apoyándose circunstancialmente en las siguientes técnicas específicas:

- Ⓟ "Body Centered Coaching". Técnica que aprovecha las señales y el lenguaje del cuerpo, para mejorar los aspectos cognitivos de las personas, tanto a nivel de sus sensaciones, emociones, como del estado corporal en general.
- Ⓟ Técnicas de relajación, control postural, control y gestión de la respiración, que ayudará a las personas en proceso de curación a mejorar el control de sus pensamientos negativos y su estado de relajación.
- Ⓟ Técnicas de micro-movimientos, con el objetivo de mejorar el control del cuerpo e inducir estados emocionales y corporales positivos.
- Ⓟ Técnicas de Programación Neurolingüística (PNL). Técnica que utiliza el lenguaje y otras herramientas para cambiar nuestros estados emocionales y dotarnos de recursos y habilidades de desarrollo vital.
- Ⓟ Técnicas de auto-diagnóstico y mejora de la inteligencia emocional.
- Ⓟ Técnicas de psicología positiva y psicología cognitiva.
- Ⓟ Técnicas de psicoterapia breve.

## DESTINATARIOS

Personas que están en proceso de tratamiento y curación de cáncer de mama, médicos y enfermeras del área oncológica.

## REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

El programa está abierto a personas en proceso de curación de cáncer de mama, seleccionadas por la Bruno Salvadori Lions Fundación y cuenta con el asesoramiento técnico, en todos sus procesos, de la Unidad de Cáncer de Mama del Hospital de Cabueñes. (Dra. Moriyón)

Los criterios de selección son estrictamente clínicos y de formación de voluntariado.

Una vez seleccionados, las participantes, aceptarán el compromiso de participación activa, en todas las actividades que se realicen a lo largo del proceso de coaching.

Dicho compromiso, se materializará mediante un documento, en forma de contrato psicológico, entre el coach y las personas en proceso de curación participantes en el programa.

La participación en el programa, implica la aceptación de un compromiso de participación en voluntariado de la Bruno Salvadori Lions Fundación.

## UBICACIÓN

C/ Aurelio Menéndez nº 13 Bajo Izquierda, 33204, Gijón, Asturias. Telf.: 985 335 916.

E-mail: [info@rhoconsulting.es](mailto:info@rhoconsulting.es).

Web: [www.rhoconsulting.es](http://www.rhoconsulting.es)

## PLANIFICACIÓN

El programa se desarrollará, en horario de 10:00 a 13:15, a lo largo de nueve meses de acuerdo al siguiente calendario:

Año 2009:

31 de octubre.

14 de noviembre.

Año 2010:

2 de enero.

20 de febrero.

20 de marzo.

17 de abril.

15 de mayo.

12 de junio.

3 de julio.

## Programa de coaching personal en grupo

La Bruno Salvadori Lions Fundación, tras el éxito de las anteriores ediciones y dentro de la programación de sus actividades, anuncia el Taller:

**“Coaching para personas en proceso de curación de cáncer de mama.”**

**3ª Edición.**

El taller se iniciará, en el mes de Octubre y tendrá una duración de nueve meses y supone una continuación de los talleres impartidos en los años 2008 y 2009.

Todas las asistentes que finalicen el taller, recibirán el correspondiente diploma de aprovechamiento.



Taller de:

**“Coaching para personas en proceso de curación de cáncer de mama”**

**3ª Edición.**

Por: **RHO** Rendimiento Humano y Organizacional  
**group**

Patrocinado por La  
**Fundación Lions Club Gijón**



**Dirige e imparte**  
**Miguel Morán**  
Coach Profesional