

“El coaching me ha ayudado a ver mis problemas con más serenidad y a no dejarme llevar por los impulsos que antes me hacían perder el control.

Ahora me siento más responsable y disfruto con mayor confianza de mi relación” A.G.

“Inicé un proceso porque me sentía bloqueada con mi relación y con mis hijos, no conseguía armonizar ambas relaciones. Adquirir herramientas para comunicarme y expresar mis necesidades y tenerlas en cuenta para la toma de decisiones que me afectan directamente, me ayudó a disfrutar las dos relaciones y a dar soluciones en las que todos podemos satisfacer nuestras necesidades.”M.C.B

“Es sorprendente como un trabajo de toma de conciencia de tus actos puede llegar a generar cambios tan impresionantes. El ser más consciente te aporta objetividad emocional, una objetividad que te permite decidir y por tanto ser más libre. Es el principio de un camino que luego uno recorre hasta donde quiera llegar: solucionar un problema inmediato, hacer un proyecto personal o cambiar totalmente la dirección de tu vida. Merece la pena iniciar el camino y llegar a sentir que realmente eres dueño de tu vida.” R.M

## **AECOFAM**

**Asociación Española  
de Coaching de Familia**

**Sede Social:**

**Avda. Ramón y Cajal 85, 1º A. 28016 Madrid.**

**Información e inscripciones**

**Sara Cobos: Tel: 605415095**

**Susana García: Tel:629532876**

**[info@aecofam.org](mailto:info@aecofam.org)**

## **Programa “Creciendo en familia”**

**de AECOFAM**

**Oferta Formativa para familias y docentes.**

**El Coaching como herramienta de despliegue de potencial.**

**Programación 2011:**

**Buenas Cuentas:** Claves para la economía familiar. El 18 de Marzo en Madrid de 18 a 21:30.

**Pilares de la educación.** En la niñez, la adolescencia y la juventud. El 13 de Mayo en Madrid de 18:00 a 21:30

**Gestión del cambio y Crisis familiares:** Herramientas en el conflicto. El 24 de Marzo en Sevilla de 18 a 21:30

**Otros talleres previstos:**

**Armonía en casa:** Claves para el encuentro con los hijos.

**Cuidarnos en el desencuentro:** Claves para las relaciones de pareja.

**Fluidez entre padres que no conviven.** Comunicación y Convivencia

**Habilidades para Docentes:** Liderazgo, Autoridad, Motivación y Comunicación.

**Hombre fuerte y Poderoso, Mujer fuerte y Poderosa.** Energía para vivir.

**[www.aecofam.org](http://www.aecofam.org)**

## **Taller de Coaching**

**“GESTION DEL CAMBIO Y**

**CRISIS FAMILIARES”**

**Herramientas en el conflicto**

**24 de Marzo de 2011**

**en Sevilla**

**Programa**

**“Creciendo en familia”**

**de AECOFAM**

**Oferta Formativa para familias y docentes.**



## Taller de Coaching

### GESTION DEL CAMBIO Y CRISIS FAMILIARES

#### Objetivos:

- Adquirir técnicas de autocontrol y relajación para enfocarnos en las soluciones.
- Proporcionar herramientas para sentirse seguros antes las crisis y los cambios.
- Aprender a gestionar las emociones: claves para comunicarse y conectar
- Aprender a ponerse en el lugar del otro: reconocer las necesidades

#### Metodología:

- Teórico-práctica y vivencial
- Metodología coaching y PNL
- Metodología de coaching sistémico

Dirigido a: Personas que quieran diseñar estrategias para mejorar sus relaciones. Personas que quieran aprender a tomar decisiones para ser protagonistas de sus cambios.

Fecha taller: 24 marzo 2011

Lugar: Sevilla Se confirmará a los inscritos.

Precio: 100€ y 50€ para socios. Precios especiales días presentación **AECOFAM**.

Máximo 25 plazas



### Ponentes:

**Sara Cobos Bravo** Coach Profesional. Coaching aplicado a optimizar las relaciones: Personales, Profesionales y Familiares. Pionera en Coaching Familiar. Fundadora de **AECOFAM**, Asociación Española de Coaching de Familia. **Formación:** Master Internacional Coaching. Experta en Psicología del Coaching. Programa Formativo de Coaching Ejecutivo: "Preguntar para Dirigir" Certificado ASESICO. Formación en Técnicas de Relajación y Desarrollo Personal.

**Susana García Gutiérrez** Socia-Directora de **Coaching a tu alcance**. Pionera en el coaching para familias monoparentales. Especialista en Comunicación y Convivencia. Socia de ICF (International Coach Federation) y ASIMPEA (Asociación Intermunicipal de Mujeres Profesionales, Empresarias y Autónomas). **Formación:** Master Coach Programa ACTP Certificado de ICF. Coaching con enfoque sistémico, Diplomatura en Pedagogía Sistémica, Psicología Transpersonal, Experta en Gestión de Estrés y Desarrollo Personal