

UNED

CANTABRIA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

Centro Asociado UNED Cantabria

C/ Alta, 82 - 39008, SANTANDER

Tel. 942 27 79 75

info@santander.uned.es - www.unedcantabria.org



2015

ENERO

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FEBRERO

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

MARZO

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

ABRIL

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

MAYO

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUNIO

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JULIO

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AGOSTO

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SEPTIEMBRE

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVIEMBRE

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

DICIEMBRE

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Exámenes No laboral Jornada Intensiva (Mañana)

UNED

CANTABRIA

www.unedcantabria.org

C/ Alta, 82 (Alo Oeste Colegio P. Ramón Pelayo)

39008 Santander

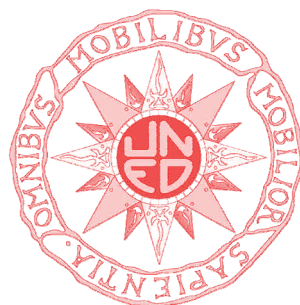
Cantabria

Teléfono: 942 27 79 75

Fax: 942 27 65 88

Correo: info@santander.uned.es

www.unedcantabria.org

Extensión Universitaria  
en Centros Asociados

UNED

CANTABRIA

# El viaje del héroe parte 1.

## Un viaje al



autodescubri-  
miento y el  
equilibrio  
emocional  
a través del

# Coaching

Centro UNED de Cantabria,

los viernes 23 octubre; 6, 20 y 27 de noviembre y

11 de diciembre de 2015,

en horario de 16:15 a 20:15 h.

Créditos (en trámite): 1 [2 LC]

# Resumen de contenidos

## Objetivos

- Crear una percepción positiva de ti mismo
- Concretar tus objetivos de vida
- Generar cambios en ti
- Mantener el equilibrio emocional
- Definir una hoja de ruta en tu línea del tiempo
- Establecer la actitud y estado necesarios para actuar
- Generar el empoderamiento de crecimiento personal

## Metodología

La formación se realiza de forma presencial ofreciendo momentos de teoría que se van desarrollando en los ejercicios prácticos a nivel individual o en grupo a lo largo de todo el curso para ir interiorizando contenidos y compartiendo experiencias de aprendizaje.

- Se realizarán 5 sesiones de 4 horas cada una en formato de curso/taller impartidas por un Life coach.

## Sistema de evaluación

Cada módulo implica realizar completo el cuaderno de ejercicios prácticos que se comentará al inicio del módulo siguiente.

## Más Información



Matrícula Ordinaria

Precio: 55 €

Matrícula online

## Dirigido por

**Luis Ángel Saúl Gutiérrez**

Doctor en Psicología. Profesor del Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Facultad de Psicología, UNED.

## Ponente

**Paloma Sanz García**

Mind Coach certificado y Trainer de PNL.

## Programa

El curso se impartirá en el Centro UNED de Cantabria, los viernes 23 octubre; 6, 20 y 27 de noviembre y 11 de diciembre de 2015, en horario de 16:15 a 20:15 h.

## Contenidos:

### Parte 1 (Módulos del 1 al 5)

Módulo 1: Autodescubrimiento

Módulo 2: El viaje del héroe

Módulo 3: Equilibrio emocional

Módulo 4: La rueda de la vida

Módulo 5: Creencias limitantes