

[AUTOCONFIANÇA: BASE DEL DESENVOLUPAMENT PROFESSIONAL]



Cursos de formació per a la inserció laboral – 1r semestre 2009-2010 Activitats susceptibles de ser reconegudes com a crèdits de lliure elecció

DESCRIPCIÓ I OBJECTIU

Autoconfiança és el convenciment que un és capaç de realitzar amb èxit una tasca o escollir l'enfocament adequat per realitzar un treball o resoldre un problema. A través d'aquest curs et proposem conèixer com pots desenvolupar aquesta competència. El taller es desenvoluparà sota la metodologia del coaching, sent aquest molt participatiu i experiencial, facilitant la presa de consciència, reflexió i acció.

DESTINATARIS

Alumnat i persones titulades de la UB.

OBJECTIUS D'APRENENTATGE

- Descobrir la competència d'autoconfiança i els seus aspectes claus
- Prendre consciència de qui sóc i quin és el meu potencial.
- Aprendre tècniques per desenvolupar l'autoconfiança en un entorn professional.

DOCÈNCIA

| Codi | Dia de docència | Horari | Ubicació |
|----------|--|---------------|---|
| 12-10910 | Divendres 06/11/2009 Divendres 13/11/2009 | 10 – 14 hores | Porta22 – Espai de noves ocupacions. Ajuntament de Barcelona C/Llacuna,162-164 Com arribar-hi: Bus 7 / B-21 / 56 / 60 / 92 / 192 Metro Línia 1- Glòries / Clot Línia 2- Clot Renfe Clot |

PROGRAMA

- Què es l'autoconfiança. Identificació de la competència.
- Aspectes claus de l'autoconfiança.
- Entenent qui sóc jo i el meu potencial.
- El crític interior, la por i la valentia.
- Com desenvolupar l'autoconfiança.
- Jo des de l'autoconfiança.

METODOLOGIA

Taller teòric-pràctic. A partir de dinàmiques grupals, exercicis pràctics i estudi d'exemples, els assistents aprofundiran en els continguts del programa.

NOMBRE D'ALUMNES

25 persones

DURADA DEL CURS

10 hores: 8 hores de docència presencial + 2 hores de treball personal

SISTEMA D'AVUACIÓ

- Assistir al 100% de les sessions de docència presencial.
- Participar activament en totes les activitats proposades al llarg del taller.
- Dur a terme un treball relacionat amb el contingut del taller i amb l'equivalència aproximada d'una hora de dedicació (a l'iniciar la sessió s'explicaran les característiques i dates d'entrega).

PROFESSORAT

Sr. Baldi Figueras

Coach i Formador internacional en desenvolupament personal, mediació i resolució de conflictes, formador de formadors, gestió del treball en equip, lideratge, cohesió grupal i educació en valors. Màster en Mediació i resolució de conflictes per la Universitat Ramon Llull. Màster en ADI (Agent de Desenvolupament Internacional) per la Universitat Politècnica de Catalunya i PNL (Programació neuro-lingüística) per l' Instituto Gestalt.

PREU

15 €

CRÈDITS

1 crèdit de lliure elecció.

ORGANITZACIÓ GENERAL

Requisits d'inscripció

1. Emplenar tots els camps indicats en el **formulari d'inscripció** que trobareu al web www.ub.edu/feinaub del 7 al 25 de setembre de 2009.
2. Abonar l'import del taller al compte bancari 2100-3642-13-2200076957 (La Caixa).

Admissió

1. S'admetran les primeres 25 persones que compleixin els dos requisits d'inscripció: emplenar el formulari d'inscripció i abonar el pagament corresponent amb totes les dades exigides.
2. A partir del 28 de setembre es publicarà al web de FeinaUB la llista d'admesos definitiva.

Actes i gestió de certificats

Després de la publicació de les actes al web de FeinaUB, l'alumnat podrà recollir els certificats a les oficines d'aquesta unitat.

Organitza:

FeinaUB
Inserció i Orientació Laboral
Servei d'Atenció a l'Estudiant
c. Adolf Florensa, 8 - 08028 Barcelona
Tel. 934021006

Col·labora



**Porta22 - Espai de Noves
Ocupacions**
Ajuntament de Barcelona
Barcelona Activa
www.porta22.com