

BIENVENID@:

Esta es la base sobre la cual está soportado nuestro programa de transformación personal, esta elección está entre las más importantes y estamos seguros, recordará por el resto de su vida este es un programa de transformación de líderes para líderes, nos satisface trabajar con gente comprometida a explorarse, tomando acciones y llevar su calidad de vida a un nivel superior.

La información y preguntas en este formulario, están diseñadas para proveerle algunos detalles prácticos sobre la estructura y el proceso del taller, y asegurar que su elección de participar es deliberada e informada. Este formulario le ayudara a decidir si SKYZENCOACHING es apropiado para usted en este momento. Por favor lea este formulario cuidadosamente, aun aquellas secciones que pueda creer que no le son aplicables y conteste en forma completa todas las preguntas. Su formulario debe ser completado antes de que comience el taller. Creemos que después de completar este formulario tendrá una perspectiva más amplia sobre el curso LEADER.

Información para el Participante:

Estructura del curso LEADER

Es un programa de aprendizaje orientado a la acción que requiere su participación total y comprometida.

El formato del curso incluye los siguientes elementos:

Reglas de participación

El propósito de las reglas de participación es apoyar al grupo de personas a trabajar en forma cooperativa dentro de un marco consistente. El primer día del curso el entrenador revisará las reglas de participación y pedirá que usted se comprometa a seguirlas como condición para continuar en el taller. Más adelante se incluye una lista con las reglas de participación. Por favor léalas.

Discusiones interactivas

El entrenador hablara sobre diversos temas pertinentes a la vida adulta contemporánea. El propósito no es que usted esté de acuerdo o no con el material presentado, si no que usted descubra a través de su participación creencias que lo limitan o empoderan en su vida.

Dyads:

Un Dyad es una interacción uno a uno con otro participante. Se le puede pedir a usted que conteste una serie de preguntas, cuente una historia, complete frases, o que aporte una postura particular con el cuerpo. Tendrá la oportunidad de examinar directamente temas personales específicos y de apoyar a su compañero de Dyad a hacerlo. Para algunos participantes esto puede ser una gran experiencia.

Mingles: Un mingle es un ejercicio que consiste en recorrer la sala teniendo interacciones cortas con mucha gente. Al igual que los Dyads, la comunicación que usted tiene con otra persona durante un Mingle, puede ser una experiencia muy valiosa para ver aspectos de su comportamiento.

Ejercicios de grupos pequeños: Al comienzo del taller se le pedirá que integre un grupo chico. Durante los 5 días del taller usted se reunirá frecuentemente con su "GRUPO CHICO" para conversar y compartir lo que está generando, y para realizar ciertos ejercicios con los integrantes del grupo. Un voluntario del staff actuará como líder del grupo.

Proceso con ojos cerrados: Durante un proceso con ojos cerrados usted visualizará una situación bajo la guía del entrenador. Durante estos procesos frecuentemente se ocupa música y se reduce la intensidad de las luces para facilitar la relajación y promover la creatividad.

Juegos: como un ejercicio, el grupo puede efectuar un juego para revelar estrategias competitivas y cooperativas que usan, y también para ilustrar las dinámicas de grupo en contra posición con el compromiso individual.

¿Y nuestros sueños?

Como seres humanos se tienen expectativas, anhelos, deseos de vivir y sentirse mejor, en pocas palabras SUEÑOS.

Si cumplimos dichos sueños es porque ellos están dentro de nuestra caja de creencias, y si estos sueños al pasar del tiempo no se han logrado, es porque se encuentran fuera de nuestra caja de creencias es la parte de las cosas que creemos son imposibles o inalcanzables.

¿Y nuestras barreras?

Lo único que se interpone entre tus sueños y tú eres "tú mismo". Y aún cuando no se dé cuenta es un patrón que repite una y otra vez de manera inconsciente. Siempre que se

encuentra en una situación en la cual requiere tomar una decisión y se interpone el miedo o la duda, note cómo se comporta como si fuera su peor enemigo al tener el siguiente dialogo interno (no puedo, no me lo merezco, me va a salir mal, no me va a dejar, que dirán de mí, etc.) y esto puede generar en usted ciertos sentimientos nocivos como el resentimiento la ira y/o frustración que pueden resultar en la resignación o el conformismo.

Este es un taller en el cual una de nuestras principales premisas eres tú y tus decisiones por lo que si requieres tomar alguna en pro de tu persona y tus sueños te invitamos a que corras riesgos y que de igual manera manejes tus circunstancias y tus miedos y no que ellos te manejen a ti.

Información para usted:

¿Cómo percibimos el mundo?

Debido a que hemos moldeado nuestra personalidad por cuestiones sociales y culturales, basados en tradiciones, enseñanzas de padres, amigos, religión, vivencias "buenas o malas" que determino nuestra forma de pensar, sentir y estar en el mundo.

A lo ya antes mencionado le llamamos "caja de creencias" y esta determina la manera en la cual procesamos la información proveniente del exterior, algo así como la lente por la cual miramos el universo.

Precisamente su caja de creencias, será la materia prima con la cual trabajaremos este taller, desafiando en todo momento lo que le es habitual o simplemente normal y mostrarle que es solamente su interpretación.

¿Por qué taller de entrenamiento?

Este es un programa de coaching vivencial, un taller, mas no un curso, en el cual no hay apuntes ni exámenes ni exposiciones teóricos, si no que atreves de una manera vivencial podrás aprender todas las herramientas que te ofrece el taller. Siendo este un traje a la medida pudiendo obtener justo lo que requiera.

¿Qué le ofrece a usted este taller?

Este será para usted el comienzo de un proceso de transformación, en el cual podrá despertar su conciencia y darse cuenta en donde estará realmente parado y cómo ve este mundo, ampliando y desafiando en todo momento su caja de creencias.

Se podrá dar cuenta del poder y potencial que tiene para lograr sus sueños, de que es capaz de tomar riesgos para lograrlo y su capacidad para comprometerse con sus anhelos partiendo de la cantidad de compromiso que se pregone a usted mismo y de su participación dentro del taller.

Algunas de las cosas que han logrado las personas que se han arriesgado a tomar este taller:

- Mayor alegría por vivir.
- Mayor claridad en la toma de decisiones.
- Mayor pasión por lo que se hace.
- Mayor capacidad para tomar riesgos.
- Mayor responsabilidad para consigo mismo.
- Mayor contacto con lo que realmente se quiere en el trabajo la vida y/o relación de pareja.

INFORMACION IMPORTANTE

El importe del entrenamiento cubre los siguientes puntos:

- tu matricula y tu derecho de asistencia
- la matricula a la cual se hace acreedor es intransferible y no tiene devolución, solo tiene validez de tres entrenamientos sucesivos en donde haya lugares disponibles.
- el derecho de asistencia podrá ser restituido únicamente cuando el entrenamiento al que se haya inscrito no comience todavía.

- además estará consiente de que se retendrá un abono de \$1,000 por gastos administrativos. en el caso de que posteriormente decida tomar el entrenamiento ese abono retenido le contara en el momento de su participación.
- si comienza el entrenamiento y decide no continuar por cualquier motivo, usted podrá tomar el taller en cualquier fecha posterior, siempre y cuando haya lugares disponibles.
- derecho de exclusión

Durante el transcurso del seminario los entrenadores se reservan el derecho de excluir al participante que consideren necesario, en este caso la empresa le devolverá el 100% del importe del valor del curso.

Reglas de participación

- 1) Respete la confidencialidad de las vivencias y experiencias de los demás participantes. Dado que nosotros no podemos garantizar la confidencialidad.
- 2) Sea puntual. Se requiere encontrar sentado momentos antes de que la música de fin. Momentos antes del comienzo de cada sesión e inmediatamente después de cada descanso. Usted escuchara una pieza musical de aproximadamente minuto y medio de duración. El horario del curso es el siguiente día Miércoles 18:30 horas, Jueves y Viernes 19:30 horas, Sábado 11:00 horas y Domingo 10:00 horas.
- 3) Participe en todas las sesiones del curso. El curso completo comprende los primeros cinco días, y la noche de cierre para invitados.
- 4) No hable, converse o haga preguntas a las personas que se encuentren sentadas a su alrededor. hágalo únicamente cuando le sea permitido por el entrenador en las actividades que así lo requieran
- 5) No fume, coma, beba o mastique chicle dentro del salón en el cual este recibiendo el entrenamiento.
- 6) No fume ni tome ningún tipo de estupefaciente como marihuana, alcohol o droga no recetada por su médico durante los primeros cinco días, durante su entrevista o durante la noche de graduación.
- 7) Sea responsable con su alimentación y descanso coma y duerma lo suficiente, si por alguna razón se encuentra bajo tratamiento médico ingiera sus medicinas en tiempo y forma recomendados por su doctor.
- 8) Lleve su nombre en un lugar visible durante toda su participación en el taller. Devuelva su gafete al final de cada día y durante la comida.
- 9) Queda prohibido tomar fotografías o efectuar cualquier tipo de grabación o tomar notas durante cualquiera de los cinco días de participación en el taller.
- 10) Si es su caso no se siente al lado de personas conocidas antes de tomar el curso (familiares o amigos)
- 11) Mantenga apagado o en modo de vibrador cualquier aparato de localización inalámbrico que traiga con usted durante el taller, asegurándose de no traerlo consigo estando dentro del salón.
- 12) Cuide las instalaciones del salón en el cual se encuentre tomando el curso y respete las aéreas de comida y fumar si este es el caso.

Llamada de preparación

la llamada de preparación le será hecha por un miembro de la empresa, y tiene como objetivo que usted se encuentre claro sobre su grado de compromiso para asistir al entrenamiento, además de confirmarle los horarios de asistencia y el lugar donde será impartido el taller.

Si esta llamada no le ha sido hecha antes del inicio del entrenamiento se le pide se comunique al nuestro teléfono.

Horarios del entrenamiento

Miércoles	18:30 hrs.	hasta 1:00 a.m. aprox.
Jueves	19:30 hrs.	hasta 1:00 a.m. aprox.
Viernes	19:30 hrs.	hasta 1:00 a.m. aprox.
Sábado	11:00 hrs.	hasta 1:00 a.m. aprox.
Domingo	10:00 hrs.	hasta 7:00 p.m. aprox.

NOCHE DE INVITADOS: lunes siguiente después de haber finalizado el entrenamiento 19:30 hrs.

Es indispensable que tomes las precauciones necesarias para asistir a todas las sesiones del entrenamiento y la noche de invitados, ya que estas son obligatorias.

FECHA DEL CURSO ___/___/___

Ficha de inscripción

Datos del participante:

Apellidos: _____ Nombre (s): _____

Nombre por el que prefiere que le llamen: _____ Edad: _____

Dirección: _____

Correo electrónico: _____

Teléfono de casa: _____ Teléfono cel.: _____

¿Quién te invitó al taller? _____

Valor del curso: \$ _____

Contactos de emergencia:

Nombre completo: _____

Teléfonos: _____ Parentesco: _____

Nombre completo: _____

Teléfonos: _____ Parentesco: _____

Autorización y conformidad

- Soy mayor de 18 años.
- He leído y estado de acuerdo con las cláusulas de este documento.
- He respondido las preguntas siendo completamente honesto
- Asumo mi absoluta responsabilidad por mi participación y desempeño en el taller.
- Mi intención es participar en el taller en la fecha indicada anteriormente.
- He tomado conocimiento de que en caso de solicitar devolución, se me penalizara con \$1,000.
- He tomado conocimiento de que al estar en la lista de espera no asegura mi participación en el taller.

NOMBRE

FIRMA

FECHA

Cuestionario medico

Las respuestas que nos proporcione están protegidas por el secreto profesional, solo serán leídas por el entrenador o personal autorizado de SKYZENCOACHING

Se le pide sea totalmente honesto, concreto y específico al responder el cuestionario

¿Es mayor de 18 años? Sí No

¿Está usted embarazada? Sí No

¿Cuántas horas duerme diariamente? Menos de 6 6 a 7 7 a 8 8 a 9 más de 9

¿Tiene antecedentes de alguna adicción? (droga, alcohol, tabaquismo) Sí No

¿Cuál? _____ ¿Durante que época de su vida? _____

Antecedentes personales o familiares de enfermedades psicológicas Sí No

Especifique:

¿Padece alguna enfermedad psicosomática, asmática, alérgica, etc.? Sí No

¿Cuál y desde cuando? _____

¿Padece alguna enfermedad cardíaca? Sí No

¿Cuál? _____ ¿desde cuándo? _____

En caso afirmativo ¿Su médico está enterado de su participación en el seminario? Sí No

¿Está tomando algún medicamento que altere su comportamiento habitual? Sí No

(Psicotrópicos, tranquilizantes, somníferos, ansiolíticos, etc.) ¿Cuáles y desde cuándo? _____

¿Actualmente está bajo tratamiento psiquiátrico o psicológico? Sí No

¿Tiene algún impedimento físico? Sí No Especifique _____

¿Ha tenido algún intento de suicidio? Sí No ¿Cuándo? _____

¿Ha tenido fantasías de suicidio? Sí No ¿Cuándo? _____

¿Ha tenido crisis nerviosa? (depresión, histeria) Sí No

En caso afirmativo especifique ¿Qué y cuándo? _____

¿Ha tenido pérdida del conocimiento, mareos o vértigo de origen traumático? Sí No

En caso afirmativo especifique ¿Qué y cuándo? _____

Por favor comparta otra información que le parezca de relevancia (abandonos, muertes, violaciones, cárcel, Intentos de violaciones, fobias, etc.) Especifique ¿Qué y cuándo? _____

Tarea de preparación

Esta es una manera en la cual te apoyamos a que veas a tus logros personales relacionados con el taller de una manera más clara, te sugerimos te tomes el tiempo necesario y busques un lugar especial con el fin de que estés relajado y así contactes contigo mismo, te pedimos que en cada área describas:

- 1) Metas alcanzadas
- 2) Metas, sueños o ideas que tu quisieras alcanzar, aunque te parezcan difíciles
- 3) ¿Cuáles son esos obstáculos que no te permiten alcanzar algunas metas (Por ejemplo miedos, inseguridad, flojera, falta de interés, etc.)?

Debe entregar esta tarea el día del comienzo del taller, ya que es requisito indispensable para entrar al taller.

En este punto es en el cual comienza el taller

Familia, relaciones personales

- 1) _____

- 2) _____

- 3) _____

Carrera, trabajo

- 1) _____

- 2) _____

- 3) _____

Educación, crecimiento personal

- 1) _____

- 2) _____

- 3) _____

Tiempo libre, descanso, hobbies

- 1) _____

- 2) _____

- 3) _____

Tu comunidad, México y situación mundial

- 1) _____

- 2) _____

- 3) _____

NOMBRE

FIRMA

FECHA