



Curso de:
Experto en Coaching Personal



José Miguel Gil Coto

Director de Programas Formativos de COANCO
Director del Equipo de Tutores profesionales de COANCO
Psicólogo y Coach Profesional Sénior 10161



Presidente de ASESICO,
Asociación Española de Coaching

COANCO:

Es una empresa especializada en la Formación en Coaching, así como en la realización de Procesos de Coaching profesionales.



Nuestro valor añadido:

Somos conscientes cada vez más de la importancia de la formación a distancia y online, lo que no impide que **cada una de las personas que siguen uno de nuestros programas de formación a distancia u online reciban dentro de su formación una Sesión de Coaching telefónico o por Skype por un coach profesional certificado** para que puedan **experimentar en primera persona como se hace una sesión de coaching profesional**, y aprender a realizarlas de forma práctica, de la mano de un profesional.

Nuestros tutores no son tutores generalistas, **son Coaches profesionales certificados que compaginan su actividad profesional como coaches con su trabajo como formadores, tutores especializados en Coaching, Inteligencia Emocional, y Programación Neurolingüística.**

Certificación: Programa formativo certificado por COANCO.

Duración: 180 horas.

Incluye:

- Material didáctico: 2 manuales teóricos. Volumen I con 388 páginas, y Volumen II con 502 páginas, cuaderno de ejercicios, bloc de notas y CD Rom interactivo.
- Certificado y Diploma expedido por COANCO una vez superada la formación.
- Gastos de envío en España incluidos. Coste adicional de 100 € para envíos fuera de España.
- **Una sesión de coaching práctica y profesional, que el alumno recibirá por un Coach Profesional para acompañarle a lograr sus objetivos.**

Oferta especial: 250 €* (Gastos de envío incluidos en España)

*Oferta especial exclusiva para autónomos, profesionales, desempleados y personas en general (sean asalariadas o no) que no pueden acogerse a la bonificación de su formación a través de los créditos para la formación de la fundación tripartita.

Forma de pago: Ingreso bancario, transferencia o pago por PayPal.

Precio del curso: 420 € (Gastos de envío incluidos en España)

Si es trabajador asalariado, dispone la posibilidad de bonificar esta formación con los créditos para la formación de su empresa.



Fundación Tripartita
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO

Forma de pago: Consulte con nosotros como tramitar la bonificación.

Descripción:

El coaching es una técnica de desarrollo personal y profesional. En un mundo cada vez con más ocupaciones labores, y con muchos frentes abiertos desde el trabajo, la familia, el poco tiempo libre y la carga de estrés, así como la cada vez más difícil conciliación de la vida personal y profesional hace que muchas personas decidan acercarse al coaching personal como una vía para encontrar una solución a las vicisitudes de la vida.

En este programa se trabaja con conceptos tan importantes como las emociones, los procesos de cambio, las creencias, y nos acercamos a competencias profesionales como la escucha, el diálogo y conoceremos diferentes técnicas de coaching.

A quién va dirigido:

Este curso está destinado a **cualquier persona o profesional que desee desarrollarse a nivel personal y poder llegar a un mayor nivel de autoconocimiento.**

Se dirige también a personas que quieran aumentar sus habilidades y competencias profesionales, así como a profesionales independientes que quieren mejorar sus habilidades y cualificación profesional.

Profesionales de la psicología, las terapias, educadores, trabajadores sociales, y personas que en general desean conocer nuevas formas de acercarse al mundo y sobrevivir en un mundo cada vez más complejo.

Objetivos:

Adquirir las competencias del coaching para poder ser aplicadas en un entorno más personal y cercano, que les pueda servir para adquirir una serie de conocimientos y habilidades que faciliten su trabajo de forma individual y personal, así como para poder empezar a practicar e introducirse en el desarrollo de esta profesión con otras personas.

La sesión práctica de coaching que recibe el alumno va orientada a remarcar los conocimientos adquiridos, y facilitar que el alumno/a se plantee y desarrolle un plan de acción para conseguir sus objetivos.

Materiales:

Los materiales son **de tipo monográfico, de sencilla lectura y de carácter eminentemente práctico.** La metodología a seguir se basa en ir leyendo el manual teórico, y visionando el CD ROM a la vez que se realizan las distintas prácticas que se adjuntan en el Cuaderno de Ejercicios.

Para su evaluación, el alumno/a deberá hacernos llegar el Cuaderno de Ejercicios que se envía con el material. La titulación será remitida al alumno/a por correo electrónico, una vez se haya comprobado el nivel de satisfacción previsto (75% de total de las respuestas).

Tutorías:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- **Sesión de Coaching por teléfono:** Cuando estime oportuno el alumno llamará para solicitar y concertar la sesión de coaching profesional que incluye el curso de forma práctica, y que se realiza telefónicamente, vía Skype o plataforma, previo acuerdo entre el tutor y el alumno/a

El **plazo de realización del curso es de 6 meses** a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso. Si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), **el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses.**

Beneficios profesionales:

COANCO es una empresa especializada en formación y en procesos de coaching.

Nuestros/as alumnos/as tendrán la posibilidad de incluir su currículum en nuestra bolsa de trabajo, teniendo la posibilidad de incorporarse al mercado laboral dentro del equipo de COANCO, o trabajando de forma externa para nosotros.



Temario

MÓDULO I. INTRODUCCIÓN AL COACHING

TEMA 1. ¿QUÉ ES EL COACHING?

El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
Concepto de coaching
Etimología del coaching
Influencias del coaching
Diferencias del coaching con otras prácticas
Corrientes actuales de coaching

TEMA 2. IMPORTANCIA DEL COACHING

¿Por qué es importante el coaching?
Principios y valores
Tipos de coaching
Beneficios de un coaching eficaz
Mitos sobre coaching

TEMA 3. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING I

Introducción: los elementos claves para el éxito
Motivación
Autoestima
Autoconfianza

TEMA 4. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING II

Responsabilidad y compromiso
Acción
Creatividad
Contenido y proceso
Posición “meta”
Duelo y cambio

TEMA 5. ÉTICA Y COACHING

Liderazgo, poder y ética
Confidencialidad del Proceso
Ética y Deontología del coach
Código Deontológico del Coach
Código Ético

MÓDULO II. EL PROCESO DE COACHING

TEMA 6. COACHING, CAMBIO Y APRENDIZAJE

La superación de los bloqueos
El deseo de avanzar
Coaching y aprendizaje
Factores que afectan al proceso de aprendizaje
Niveles de aprendizaje

TEMA 7. EL PROCESO DE COACHING: ASPECTOS GENERALES

Coaching ¿herramienta o proceso?
Motivación en el proceso
La voluntad como requisito del inicio del proceso
Riesgos del proceso de coaching

TEMA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON EL PROCESO

Introducción
Escucha
Empatía
Mayéutica e influencia
La capacidad diagnóstica

TEMA 9. FASES EN EL PROCESO DE COACHING

Primera fase: establecer la relación de coaching
Segunda fase: planificación de la acción
Tercera fase: ciclo de coaching
Cuarta Fase: evaluación y seguimiento
Una sesión inicial de coaching

TEMA 10. EVALUACIÓN I

¿Por qué es necesaria la evaluación?
Beneficios de los programas de evaluación de coaching
Factores que pueden interferir en la evaluación
¿Cómo evaluar?
Herramientas de medida para la evaluación de resultados

TEMA 11. EVALUACIÓN II

El final de la evaluación
Evaluación externa
Sesiones de evaluación continua
Tipos de perfiles
Cuestionario para evaluar a un coach

MÓDULO III. COACH Y COACHEE

TEMA 12. EL COACH

La figura del coach
Tipos de coach
Papel del coach en el proceso de coaching ejecutivo

TEMA 13. COMPETENCIAS DEL COACH

Competencias clave y actuación del coach
Las características del coach efectivo para el desarrollo de competencias
Dos competencias clave para el desarrollo de una empresa liberadora

TEMA 14. LA PREPARACIÓN DE UN BUEN COACH

Preparación técnica: formación y experiencia empresarial
Errores más comunes del coach
Capacitación para conducir las sesiones de coaching

TEMA 15. LA FIGURA DEL COACHEE

La figura del coachee
Características del destinatario del coaching
La capacidad para recibir el coaching
La autoconciencia del cliente

MÓDULO IV. FUNDAMENTOS DEL COACHING PERSONAL

TEMA 16. USTED ES SU MEJOR COACH

El coaching y las metáforas
Interiorización
Comportamientos limitantes

TEMA 17. LAS CREENCIAS

Creencias y creencias limitantes
Coaching y creencias autolimitadoras
Teorías de reestructuración cognitiva
Soluciones para abordar las creencias limitantes

TEMA 18. LAS EMOCIONES

Introducción: ¿qué es una emoción?
Emociones y coaching
Trabajar con emociones limitantes

TEMA 19. EL PROCESO DE CAMBIO

Autoconciencia. ¿Dónde estoy?
Cambio y coaching
El proceso de cambio: establecer objetivos
El coach como agente de cambio personal

TEMA 20. CÓMO SUPERAR LA RESISTENCIA I

Dificultades con el proceso de coaching
¿Qué es la resistencia?
La resistencia del coach
Manifestaciones de la resistencia del coachee
Cómo evitar la resistencia al cambio

TEMA 21. CÓMO SUPERAR LA RESISTENCIA II

Técnicas para afrontar la resistencia
Causas de resistencia al cambio en las organizaciones
¿Qué factores ayudan o impulsan al cambio?
El modelo de los ocho factores
La pirámide de la resistencia

MÓDULO V. COMUNICACIÓN

TEMA 22. EL DIÁLOGO

Los orígenes del diálogo: la comunicación
El diálogo
Tipos de diálogos: el diálogo abierto
Barreras de la comunicación
Habilidades conversacionales
El uso de la metáfora y su analogía en el diálogo

TEMA 23. LA ESCUCHA

La escucha
La escucha activa
Técnicas de escucha
La comunicación no verbal

TEMA 24. LA FORMULACIÓN DE PREGUNTAS DURANTE LA COMUNICACIÓN

Introducción
Re-encuadre
Retroalimentación
Cómo formular preguntas en coaching
Preguntas internas que guían

MÓDULO VI. COACHING CON PNL E IE

TEMA 25. COACHING E INTELIGENCIA EMOCIONAL

¿Qué es la inteligencia emocional?
Componentes de la inteligencia emocional
Habilidades de inteligencia Emocional
Cociente intelectual e inteligencia emocional

TEMA 26. COACHING Y PNL I

¿Qué es la PNL?
Principios de PNL
PNL y sistemas representacionales
Coaching y PNL

MÓDULO VII. TÉCNICAS APLICADAS

TEMA 27. INTRODUCCIÓN A LAS TÉCNICAS DE COACHING

Técnicas en coaching: transformar lo negativo en positivo
Las dinámicas: definición
¿Para qué se utilizan las técnicas grupales y para qué no?
Elección de la técnica adecuada
Diferentes herramientas: estructurales, personales, exploratorias y de aprendizaje

TEMA 28. TÉCNICAS PERSONALES

Definición
Técnicas individuales
Técnicas de entrevista
Feedback efectivo
Técnicas para aumentar la autoconciencia
Asertividad

TEMA 29. NIVELES DE APOYO Y HERRAMIENTAS

Los niveles de apoyo
Herramientas de los niveles

TEMA 30. TÉCNICAS ESTRUCTURALES

Definición
Método GROW TM
Método ACHIEVE TM
Método OUTCOMES TM
Elección eficaz del objetivo: SMART TM

TEMA 31. TÉCNICAS EXPLORATORIAS

Definición
Rueda de la vida
Escala de valores
Técnicas específicas para trabajar con las emociones
Análisis DAFO. Roles

TEMA 32. TÉCNICAS DE APRENDIZAJE

Definición
Modelado
Andamiaje
Moldeamiento
Toma de decisiones

TEMA 33. TÉCNICAS Y DINÁMICAS DE GRUPO

Definición y clasificación
Técnicas de grupo grande
Grupo mediano
Técnicas de grupo pequeño
Técnicas que requieren del coach
Técnicas según su objetivo

¿Cómo matricularse?

Matrícula a través del correo electrónico o teléfono.

- I. **Solicitar el boletín de matrícula** por correo electrónico o teléfono.
- II. Una vez recibida la solicitud del boletín de matrícula, se le enviará el mismo con el número de cuenta donde proceder a hacer el abono del curso mediante ingreso o transferencia bancaria.
- III. **Una vez relleno el boletín de matrícula por parte del alumno/a se envía junto con el comprobante de pago por correo electrónico a formacionadistancia@coanco.es**
- IV. Una vez recibido el boletín de matrícula y comprobante de pago del curso **se procesa el pedido del mismo que se envía por correo/mensajero y que recibe el alumno/a en la dirección de envío que nos indique.**

Matrícula a través de la tienda online.

Si lo desea **puede hacer el pedido directamente en nuestra tienda online** y desde ahí se procesa el pedido automáticamente para su envío a la dirección que se nos indique al hacer el pedido.

Una vez recibido la solicitud desde la tienda online **se le enviará por correo electrónico el boletín de matrícula** para terminar de formalizar la matrícula.

Matrícula para bonificación a través de la fundación tripartita.

- I. **Solicitar el boletín de matrícula** por correo electrónico o teléfono indicando que se desea bonificar la formación para que uno de nuestros asesores se ponga en contacto directo con usted o la persona responsable de su empresa, para comenzar el proceso de bonificación.



Para más información y/o solicitud de matrícula:

Teléfono. 951.778.190 Móvil: 666.543.545

www.coanco.es

e-mail:

formacionadistancia@coanco.es