

Programa de Coaching profesional

# PROGRAMA DE COACHING PROFESIONAL

## COACHING DE LA SALUD Y DESARROLLO PERSONAL

CURSO PRESENCIAL – SEMIPRESENCIAL CON VIDEO CONFERENCIA

*Si tú cambias, cambia el mundo*

**PROGRAMA CERTIFICADO POR ADESCO**



**El éxito de nuestros/as alumnos/as, es nuestro éxito**

### OBJETIVOS

- **El objetivo principal** es que los/as alumnos/as adquieran el conocimiento, preparación y entrenamiento necesarios para que, una vez finalicen el curso, estén preparados para ejercer los conocimientos de Coaching.
- Conocer qué es, qué no es, para qué, cómo y cuándo, se utiliza el Coaching.
- Entender e integrar el proceso y las fases del proceso de Coaching.
- Entrenamiento práctico en las herramientas y habilidades propias de un Coach.
- Establecer la relación de confianza con el cliente.
- Aprender el funcionamiento de los procesos de cambio.



# Programa de Coaching profesional

## DURACIÓN:

Al ser un programa adaptado y personalizado se extenderá el tiempo que marque el alumno/a según sus circunstancias y necesidades.

Además, el curso dará comienzo cuando el alumno/a lo desee

## DESTINATARIOS/AS

Personas y/o profesionales que quieran iniciarse en esta profesión, o que deseen realizar el curso para crecimiento personal y/o profesional.

Profesionales de ayuda: psicólogos, trabajadores sociales, mediadores, abogados, cooperantes, consultores, enfermeros/as, etc.

Profesionales que deseen reorientar su vida laboral o mejorar sus competencias ( Directivos, responsables de área, gestores de recursos humanos, directores de equipos comerciales, jefes de ventas o vendedores, et.)

## VENTAJAS:

### ✚ Programa formativo **personalizado e individual.**

El programa **se adapta** a las circunstancias personales del alumno/a.

**Inicio** del programa **cuando el alumno/a lo desee.**

**Flexibilidad** de horarios.

El programa se ajusta **al ritmo de cada alumno/a.**

**Tutorías personales.**

✚ **Sesiones prácticas con coaches** profesionales y con alumnos/as.

✚ **Vivencia** de su propio proceso de Coaching.

✚ **Acompañamiento** del tutor durante todo el proceso formativo.

✚ **Plataforma** on line con **videoconferencia** para estudiar y practicar a distancia.

✚ Programa con más de 12 años de experiencia y **Diploma propio.**

✚ Programa certificado por **ASESCO** ( Asociación Española de Coaching)

✚ Programa certificado por **FEMA** ( Fundación Europea de Medicinas Alternativas)



## METODOLOGÍA

- **Sesiones grupales teórico-prácticas** presenciales y por videoconferencia, en las que se realizan explicaciones de contenidos del curso, simulaciones de sesiones de Coaching, dinámicas de grupo, etc. La convocatoria de estas sesiones está sujeta a reunir un quórum suficiente para realizar las dinámicas.
- **Sesiones individuales:** Tutorías personalizadas en las que el alumno/a tiene la opción de concertarlas quincenalmente con el correspondiente profesor/a.
- **Videoconferencia:** A través de la plataforma de nuestro centro, se posibilita celebrar clases y prácticas entre el profesor/a y el alumno/a ,o grupales entre alumnos/as con la supervisión del profesor/a.
- **Simulaciones de sesiones de Coaching:** prácticas de sesiones que se realizan, tanto con el profesor/a - coah, como entre los alumnos/as.
- **Sesiones de Coaching personal:** con las que aclarar objetivos y vivenciar el proceso de Coaching en sí mismo.
- **Juego de Ariadna:** Vivenciar el Coaching a través del juego.
- **Mentoring:** Se acompaña al alumno/a durante todo su proceso de formación hasta el ejercicio profesional, con la supervisión de la práctica profesional del alumno/a.
- **Asesoramiento y orientación para el lanzamiento profesional.**

### SOPORTES

Para la importación de las clases se utiliza:

- Presentaciones.
- Videos instructivos sobre la materia.
- Grabaciones de las sesiones prácticas en video cámara, para su posterior revisión.
- Video conferencia a través de nuestra plataforma.
- Teléfono..

### MATERIALES

Cuando el alumno/a se inscribe en el curso, se le entrega amplia documentación.

- Los **cuatro módulos** que componen el curso
- Los **cuadernos de ejercicios** correspondientes a cada módulo.
- Documentación complementaria.
- Cuestionarios diversos.
- Documentación específica para el desarrollo de las sesiones.
- Casos tipo.
- Exámenes.
- Etc.



# Programa de Coaching profesional

## CAPACITACIÓN PROFESIONAL

Para la obtención de la correspondiente **ACREDITACIÓN PROFESIONAL** como Coaching, el alumno/a precisa:

- ✚ Completar los cuatro módulos que conforman el programa. Los ejercicios y las prácticas propuestas.
- ✚ Realizar las pruebas de capacitación y evaluación.
- ✚ Aportar 50 sesiones prácticas de Coaching, que serán supervisadas por el Instituto Internacional de Coaching.
- ✚ Superar dos pruebas de media hora , desarrollando en directo una sesión de Coaching, que podrá ser presencial, telefónica o video conferencia.



## ACREDITACIONES

- ✚ Diploma del **INSTITUTO INTERNACIONAL DE COACHING** ( Con programa formativo reconocido y avalado por ASESCO).
- ✚ Diploma de **FEMA** (Madrid), Fundación Europea de Medicina Alternativas.
- ✚ Podrá pertenecer, como Coach certificado, a la **ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE COACHING ( ASESCO)** siguiendo el proceso de certificación de dicha entidad. [www.asescoaching.org](http://www.asescoaching.org)

## PROFESORES:

- ✚ **Natividad Alcalde Méndez:** Licenciada en Psicología. Coach por la Escuela MOUV'UP de Paris. Coach Profesional certificada por ASESCO. Formadora en Coaching Profesional desde el año 2.000. Diplomada en A.T. Experta en Asertividad y coherencia cardiaca. Socio Fundador de ASESCO
- ✚ **Javier Tejerina Estefanía:** Profesor mercantil. Empresista. Coach por MOUV'UP de Paris. Coach Profesional Certificado por ASESCO. Formador en Coaching Profesional desde el año 2.000. Diplomado en A.T. y P.N.L. Experto en Asertividad y coherencia cardiaca: Socio Fundador de ASESCO.
- ✚ **Grupo de Colaboradores.** Intervenciones varias de los colaboradores referenciados en "quién somos".



# Programa de Coaching profesional

## INSCRIPCIÓN

Para más información sobre el programa, o para realizar la inscripción, puede contactar con nosotros en :

Instituto Internacional de Coaching – PSICOBEGIA S.L.  
Puente de Deusto, nº 7 – 6º,Dpto.6. Bilbao ( Vizcaya) – Espana.  
Telefono : 944 475 869 – Fax : 944 051 027.  
Email: [Psicobegia@iicoaching.com](mailto:Psicobegia@iicoaching.com)

Web : [www.iicoaching.com](http://www.iicoaching.com) / [www.coherencia-cardiaca.com](http://www.coherencia-cardiaca.com)

## RESERVA

Para la inscripción en el curso, se requiere realizar el pago de 300 €( a detraer del total del curso) en concepto de reserva.

Enviar los **datos personales**: NOMBRE; APELLIDOS; DIRECCIÓN; TELÉFONO Y E-MAIL , junto con el RESGUARDO BANCARIO de la realización de la reserva. Indicar la modalidad de pago escogida.

Para realizar el ingreso a nombre de **PSICOBEGIA, indica tu nombre, apellidos y curso**, en el siguiente nº de cuenta:

**CAJA LABORAL 3035 0057 91 0570061669**

INVERSIÓN : 3.500 €

FORMAS DE PAGO: Al contado con descuento ( 3.150 €), o en 10 cuotas mensuales de 350 €



## MODULO I

1. **PRESENTACIÓN DEL CURSO.** Prólogo - Introducción - *Coaching* y aprendizaje.
2. **LA PROFESIÓN Y EL CLIMA DE CONFIANZA.**
3. **LA COMUNICACIÓN.**
4. **EXPLORANDO INSATISFACCIONES.**
  - 4.1-Escenarios de actuación personal. Social - Familiar - Laboral - Desarrollo Personal.
  - 4.2 -Forma de distribuir el tiempo. Aislamiento - Ritual - Intimidad - Actividad -Pasatiempos.
5. **MANDATOS Y CREENCIAS.**
6. **10 PRINCIPIOS BÁSICOS DEL COACHING. HABILIDADES DEL COACH.**
7. **HERRAMIENTAS DEL COACH.** Mantener la agenda del cliente - Saber escuchar - *Rapport* - Focalizar - Establecer metas: tomar decisiones, priorizar - *Feedback* - El Contrato con el cliente.
8. **GESTIÓN DEL ESTRÉS.** Definición del estrés - Clasificación del estrés - Enfoque polifactorial - Reconocer y afrontar las tensiones - ¿Cómo se manifiestan las alteraciones profesionales del stress en la empresa?
9. **LOS OBJETIVOS DEL COACHING EN LA EMPRESA.** Definir los objetivos - Diferentes etapas de la acción - Preguntas útiles - Hacer frente a las falsas ideas - Cómo resolver los conflictos
10. **DIFERENTES ESTILOS DE COACH.** *Coaching* Ejecutivo - *Life Coaching* - *Coaching* Deportivo - *Coaching* de la Salud y Desarrollo Personal - Otros...
11. **ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE COACHING.** Definición de Coaching, según ASESCO. Que es la Asociación. Para que asociarse. Objetivos de la Asociación. Código Deontológico de la Asociación. Proceso de Certificación de Coaches.



## MÓDULO II

1. **OBJETIVOS Y PRIORIDADES.** Objetivos y prioridades (un viaje sin destino) - Insatisfacciones y origen.
2. **AMPLIANDO LAS CREENCIAS.** Tipos de creencias -- Reconozca sus sabotadores internos y trabaje con ellos.
3. **CUALIDADES DEL COACH.**
4. **HERRAMIENTAS DEL COACH (PROFUNDIZACIÓN).**
  - MANTENER LA AGENDA DEL CLIENTE.
  - SABER ESCUCHAR. Señales de escucha activa - Beneficios y dificultades. S RAPPORT.
  - FOCALIZAR. Cinco situaciones especiales para focalizar - Herramientas para focalizar.
  - ESTABLECER METAS. Tomar decisiones - las fases de la decisión.
  - EL FEEDBACK.
  - LA INTUICIÓN. Matrices De Descubrimiento - Brainstorming - Heurística.
  - EMPUJAR A LA ACCIÓN. El Contrato - Establecer un acuerdo y mantenerlo.
  - PREGUNTAS PODEROSAS.
  - CREACIÓN MUTUA DE LA RELACIÓN. Crear el clima de confianza



## MÓDULO III

1. **EL PROBLEMA U OBSTÁCULO.** Descripción del problema u obstáculo.
2. **SENTIDO FILOSÓFICO Y SIMBÓLICO DEL OBSTÁCULO.**
3. **SITUACIONES TIPO.**

- **REDUCTORES DE CABEZA (Incapacidad de decisión)**
- **PERDIDA DE OBJETIVOS (La niebla)**
- **AUSENCIA DE MOTIVACIÓN (El Alimento)**
- **INCONFORMIDAD CON LA SITUACIÓN ACTUAL (Tela de araña)**
- **OPTIMIZACIÓN DEL TRABAJO (Mapa del camino)**
- **INSATISFACCIÓN PERSONAL O LABORAL (La mosca del sueño)**
- **NO ESCUCHAR (Cantos de sirenas)**
- **DISMINUCIÓN DE LA CONCENTRACIÓN (La hoguera)**
- **CAMBIO DE POSICIÓN SOCIAL (Escalera de nudos)**
- **CAMBIO LABORAL (Arenas movedizas)**
- **FRICCIONES FAMILIARES (Plantas espinosas)**

4. **TEORÍA DE LOS CONFLICTOS.** La atmósfera del conflicto - Secuencia del disparo del conflicto - Intervinientes en el conflicto.
5. **ESTRÉS.** Como se produce el stress- Clasificación de los *estresores*- Etapas del síndrome general de adaptación- Enfermedades de adaptación.
6. **RECONOCER Y AFRONTAR LAS TENSIONES: HERRAMIENTAS DE APOYO PARA AFRONTAR LOS OBSTÁCULOS.** La Asertividad



## MÓDULO IV

### 1. **INTIMIDAD Y COMUNICACIÓN SISTÈMICA.**

Lanzando el Coaching a nuevos horizontes.

### 2. **LA PSICOLOGÍA TRANSPERSONAL.**

- ¿Qué es la Psicología Transpersonal?
- Niveles de comunicación
- El hambre de intimidad
- Donde se producen momentos de intimidad
- Acercamientos organizados hacia la intimidad
- Barreras del proceso de intimidad
- Una hipótesis de trabajo para la intimidad: Los Sistemas.

3. **FUNCIONAMIENTO DEL SISTEMA.** Comunicación e intimidad. Mecanismos de un sistema de intimidad

4. **LA IMPORTANCIA DEL CORAZON.** ¿Cuántos cerebros tenemos?- El cerebro del corazón- Inteligencia del corazón.

5. **APLICACIÓN A LA EMPRESA**

**ANEXO: DEONTOLOGIA DE LA PROFESIÓN DE COACH**