

Modalidad: curso e-Learning Duración: 6 horas

Categorías: Habilidades

OBJETIVOS

- Comprender el coaching como herramienta de desarrollo y su impacto en el ámbito personal y profesional.
- Fomentar el autoconocimiento y la inteligencia emocional para mejorar la toma de decisiones y la gestión del cambio.
- Desarrollar habilidades de comunicación efectiva y escucha activa para facilitar procesos de coaching.
- Aprender a establecer objetivos claros y alcanzables mediante metodologías como el modelo SMART.
- Aplicar técnicas de coaching para potenciar el liderazgo, la motivación y el trabajo en equipo.
- Identificar creencias limitantes y desarrollar una mentalidad de crecimiento para superar obstáculos personales y profesionales.

CONTENIDOS

Coaching para el Crecimiento y Transformación Personal

UNIDAD.- Desarrollo de personas: claves del coaching

- Desarrollo de personas: claves del coaching
- El proceso de desarrollo personal
- Cambios necesarios en las personas
- Generación de nuevas ideas o formas de pensamiento
- Potencialidad de las personas
- Las características del coach efectivo para el desarrollo de competencias
- Habilidades relacionadas del coaching en el proceso de desarrollo
- Tipos de coaching según metodología
- Coaching Ontológico
- Coaching Sistemico
- Coaching con Inteligencia Emocional
- Coaching con Programación Neurolingüística (PNL)
- Coaching con Psicología Positiva
- Tipos de coaching según área de trabajo
- Coaching Personal
- Coaching Ejecutivo
- Coaching Organizacional
- Coaching Educativo
- Coaching Deportivo
- Coaching Familiar
- Niveles de coaching
- AECOP (Asociación Española de Coaching Ejecutivo Organizativo y Mentoring)
- EMCC (European Mentoring and Coaching Council)
- FIACE (Federación Internacional de Asociaciones de Coaching y Entidades)
- Ética y estándares en el coaching

UNIDAD.- Puesta en marcha del proceso

- Puesta en marcha del proceso
- Fases del proceso
- Analisis del contexto y delimitacion de objetivos a conseguir
- Requisitos de la relacion entre el coach y el coachee
- Las sesiones de coaching: Tipos, duracion y periodicidad
- Individual
- Grupal
- Presencial
- Coaching por email
- Online
- Duracion y periodicidad de las sesiones
- Buscando tiempo para el coaching
- Creacion de un plan de accion
- Tecnicas de preguntas poderosas
- Herramientas de evaluacion inicial
- Herramientas de evaluacion inicial comunes
- Implementando la evaluacion inicial en el coaching

UNIDAD.- Planes de mejora y seguimiento

- Planes de mejora y seguimiento
- Los planes de mejora
- El cambio y la zona de confort
- Herramientas para desarrollar el plan de mejora
- Adaptacion del plan de mejora al coachee
- El seguimiento
- Objetivo que se persigue
- Herramientas con las que se cuenta
- Planificacion de sesiones de seguimiento
- Evaluacion
- Indicadores para evaluar la intervencion
- Instrumentos
- Gestion del cambio y resiliencia
- Estrategias para la gestion del cambio
- Estrategias para desarrollar la resiliencia
- Evaluacion de impacto a largo plazo
- Estrategias para la evaluacion a largo plazo

UNIDAD.- Coaching especializado

- Coaching Especializado
- Coaching de carrera y empleabilidad
- Importancia del coaching de carrera
- Estrategias y herramientas en el coaching de carrera
- Coaching de salud y bienestar
- Importancia del coaching de salud y bienestar
- Estrategias y herramientas en el coaching de salud y bienestar
- Coaching intercultural y diversidad
- Importancia del coaching intercultural y de diversidad
- Estrategias y herramientas en el coaching intercultural

UNIDAD.- Tecnicas y herramientas avanzadas

- Gamificación en coaching
- Estrategias de gamificación en coaching

UNIDAD.- Nuevas aproximaciones y tendencias en el coaching

- Nuevas Aproximaciones y Tendencias en el Coaching
- Coaching digital y plataformas en línea
- Coaching basado en la neurociencia y la inteligencia emocional (IE)
- Coaching de conciencia social y liderazgo consciente
- Coaching grupal y comunitario
- Coaching orientado a la sostenibilidad y el bienestar integral