

Coaching para mejorar el rendimiento personal y profesional en las organizaciones

Coaching para mejorar el rendimiento personal y profesional en las organizaciones

Duración: 30 horas

Precio: consultar euros.

Modalidad: e-learning

Objetivos:

UD1: - Tener una idea más certera acerca de qué es el Coaching. - Diferenciar el Coaching de otras metodologías que, a simple vista, se aprecian como parecidas. - Saber cómo funciona el proceso de Coaching. - Aprender acerca de dos premisas fundamentales para hacer Coaching: la confianza y la confidencialidad. UD2: - Reconocer hasta qué punto asumen la responsabilidad acerca de los resultados que obtienen en sus vidas. - Modificar el tipo de respuesta que dan a los acontecimientos con los que se enfrentan si no están obteniendo los resultados que desean. - Explicar el comportamiento humano desde una nueva perspectiva de Coaching. - Reconocer los conceptos que permiten realizar un aprendizaje profundo. UD3: - Estructurar un proceso de Coaching y cada una de las sesiones, siguiendo los principales modelos utilizados por los coaches más importantes. - Decidir qué modelo de Coaching es más útil en función de los objetivos y los cambios que se proponga el coachee. - Conocer la historia de los creadores de los diferentes modelos de Coaching. UD4: - Conocer cuál es su perfil en relación con las competencias de la Inteligencia Emocional. - Empatizar y comunicarse adecuadamente con su coachee. - Conocer cómo dar feedback efectivo. - Saber cómo funcionamos los seres humanos a nivel cognitivo y perceptivo. UD5: - Tener una imagen de cómo están los diferentes aspectos en el cuadro global de tu vida. - Fijarse objetivos concretos. - Trazar un plan de acción para conseguirlos. - Mantener la motivación hasta alcanzar tus metas.

Metodología:

© icaformación2026

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

© icaformación2026

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licencidos/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadodores/as sociales etc…

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

-Por el aula virtual, si su curso es on line
-Por e-mail
-Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.



© icaformación2026

Titulación:

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por correo o mensajería la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Programa del curso:

Unidad Didáctica 1: El proceso de Coaching como metodología de entrenamiento Introducción y objetivos 1. El proceso de Coaching 1.1. Introducción 1.2. ¿Qué es Coaching? 1.3. Terminología Videoactividad 1.4. Tipos de Coaching 1.4.1. Tipos de coaching en función del paradigma en el que se basa 1.4.2. Tipos de Coaching en función del público objetivo al que se dirige 1.4.3. Procedimiento estándar a aplicar en el Coaching Organizacional 2. Diferencias entre Coaching y otras metodologías de desarrollo 2.1. Mentoring 2.2. Terapia 2.3. Consultoría/Asesoría 2.4. Tabla comparativa de las diferentes metodologías de desarrollo Videoactividad Ejercicio 1 3. ¿Cómo funciona el Coaching? 3.1. Proceso de quiebre 3.2. Sesiones Ejercicio 2 3.3. Construir contexto 3.4. Confianza y confidencialidad Resumen Test 1 Evaluación 1 Unidad didáctica 2: El Coaching como actividad de desarrollo. Fundamentos Introducción y objetivos 1. Responsabilidad 1.1. Introducción 1.2. Respuestas víctima 1.3. Respuestas responsables 1.4. Locus Control Videoactividad 2. Persona 2.1. Introducción 2.2. El ser humano desde la perspectiva de Coaching Ejercicio 3 2.3. Corporalidad 2.4. Lenguaje 2.4.1. Los actos lingüísticos 2.4.2. Afirmaciones versus Juicios 2.4.3. Metamodelo del lenguaje Ejercicio 4 2.5. Emoción 2.5.1. El cerebro 2.5.2. Estilos de personas según la forma de tratar sus emociones 2.5.3. Diferencias entre emociones y estados de ánimo Ejercicio 5 3. Aprendizaje 3.1. La zona de confort 3.2. Aprendizaje de doble bucle 3.3. El ciclo del aprendizaje profundo Resumen Demuestra lo que aprendes Test 2 Evaluación 2 Unidad didáctica 3: Técnicas de Coaching Introducción y objetivos 1. El modelo GROW 1.1. Introducción 1.2. John Whitmore 1.3. Fases del proceso 1.3.1. Goal. Establecer una meta Ejercicio 6 1.3.2. Reality. Evaluación de la realidad 1.3.3. Options. Generación de opciones para configurar el plan de acción 1.3.4. Way forward. Mantener la motivación 2. Coaching con Inteligencia Emocional 2.1. Introducción 2.2. Richard Boyatzis 2.3. Líderes Videoactividad 2.4. Fases del proceso 3. Coaching con PNL 3.1. Introducción 3.2. Richard Bandler y John Grinder 3.3. Fases del proceso 3.3.1. Objetivos 3.3.2. Valores 3.3.3. Creencias Ponte a prueba 1 Ejercicio 7 Videoactividad Resumen Test 3 Evaluación 3 Unidad didáctica 4: Competencias clave del coach Introducción y objetivos 1. Competencias de la Inteligencia Emocional 1.1. Introducción 1.2. Las competencias personales 1.3. Las competencias sociales Ejercicio 8 1.4. Las competencias emocionales clave para el coach 1.4.1. Introducción Ejercicio 9 1.4.2. Madurez personal 1.4.3. Comunicación 1.4.3.1. Emisor, receptor y mensaje 1.4.3.2. Escucha activa 1.4.3.3. Bloqueos a la capacidad de escuchar Ejercicio 10 1.4.4. Empatía 1.4.4.1. Definición 1.4.4.2. ¿Por qué es importante la empatía? 1.4.4.3. Los obstáculos a la capacidad de empatizar Ponte a prueba 2 2. Proporcionar feedback adecuado 2.1. Introducción 2.2. La ventana de Johari 2.3. El feedback según la Ventana de Johari 3. Distorsiones cognitivas 3.1. Introducción 3.2. Pensamientos 3.3. Pruebas de realidad 4. Distorsiones perceptivas Ejercicio 11 Videoactividad Resumen Test 4 Evaluación 4 Ejercicio Final: Plan de Coaching Personal Introducción y objetivos 1. La rueda de la vida 1.1. ¿Qué es? 1.2. Ejemplo 1.3. Caso práctico: Puntúa 1.4. Caso práctico: Marca tus objetivos 1.5. Caso práctico: Plan de acción Resumen Evaluación Final /

© icaformación2026

© icaformación2026