



COACHING PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO PERSONAL Y PROFESIONAL EN LAS ORGANIZACIONES

DURACIÓN: 20 horas

CRÉDITOS ECTS: 0

OBJETIVOS

- Tener una idea más certera acerca de qué es el Coaching diferenciando éste 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.

PROGRAMA CONTENIDOS

1. EL PROCESO DE COACHING COMO METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO

1.1. El proceso de Coaching.

1.1.1. Introducción.

1.1.2. ¿Qué es Coaching?.

1.1.3. Terminología.

1.1.4. Tipos de Coaching.

1.2. Diferencias entre Coaching y otras metodologías de desarrollo.

1.2.1. Mentoring.

1.2.2. Terapia.

1.2.3. Consultoría/Asesoría.

1.2.4. Tabla comparativa de las diferentes metodologías de desarrollo.

1.3. ¿Cómo funciona el Coaching?.

1.3.1. Proceso de quiebre.

1.3.2. Sesiones.

1.3.3. Construir contexto.

1.3.4. Confianza y confidencialidad.

2. EL COACHING COMO ACTIVIDAD DE DESARROLLO. FUNDAMENTOS

2.1. Responsabilidad.

2.1.1. Introducción.

2.1.2. Respuestas víctima.

2.1.3. Respuestas responsables.

2.1.4. Locus Control.

2.2. Persona.

2.2.1. Introducción.

2.2.2. El ser humano desde la perspectiva de Coaching.

2.2.3. Corporalidad.

2.2.4. Lenguaje.

2.2.5. Emoción.

2.3. Aprendizaje.

2.3.1. La zona de confort.

2.3.2. Aprendizaje de doble bucle.

2.3.3. El ciclo del aprendizaje profundo.

3. TÉCNICAS DE COACHING

3.1. El modelo GROW.

3.1.1. Introducción.

3.1.2. John Whitmore.

3.1.3. Fases del proceso.

3.2. Coaching con Inteligencia Emocional.

3.2.1. Introducción.

3.2.2. Richard Boyatzis.

3.2.3. Líderes.

3.3. Fases del proceso.

3.4. Coaching con PNL.

3.4.1. Introducción.

3.4.2. Richard Bandler y John Grinder.

3.4.3. Fases del proceso.

4. COMPETENCIAS CLAVE DEL COACH

4.1. Competencias de la Inteligencia Emocional.

4.1.1. Introducción.

4.1.2. Las competencias personales.

4.1.3. Las competencias sociales.

4.1.4. Las competencias emocionales clave para el coach.

4.2. Proporcionar feedback adecuado.

4.2.1. Introducción.

4.2.2. La ventana de Johari.

4.2.3. El feedback según la Ventana de Johari.

4.3. Distorsiones perceptivas.