



## COACHING PARA ALCANZAR OBJETIVOS

### PRESENTACIÓN Y OBJETIVOS

El **Coaching es la metodología** que ayuda a conseguir **objetivos**. Es una herramienta de gestión del **cambio**. **Ayuda a mejorar al potencial tanto personal como profesional**.

Este curso te enseñará cuáles son las bases del Coaching y cómo se desarrolla un proceso.

Te **aportará herramientas prácticas que te serán de gran utilidad para mejorar tu vida personal y profesional**.

Además, a través del modelo que aprenderás podrás ayudar a otras personas de tu entorno a que se formulen un objetivo y a que planteen cómo alcanzarlo.

¡Descubre los recursos del Coaching!

### DESTINATARIOS

-Este curso está dirigido a **cualquier persona que busque realizar cambios en su vida de manera duradera**, utilizando la metodología del Coaching para alcanzar sus objetivos.

- Para quienes buscan una **herramienta que les ayude en el plano profesional** (búsqueda de empleo, cambio...)

-Es para aquellas personas que quieran utilizar las herramientas de Coaching que ofrecemos en este curso para **ayudar a sus hijos, alumnos, compañeros, pareja...**

-Si eres un **profesional que trabaja con y para las personas**, este curso te proporcionará herramientas muy útiles tanto para ti como para ayudar a las personas con las que trabajas.



-Si crees que este curso puede interesarle a alguien que conoces, no dudes en ofrecerle la posibilidad de que conozca la metodología de consecución de objetivos por excelencia.

## METODOLOGÍA DEL CURSO

El curso se realiza con flexibilidad y apertura. El objetivo es adaptar la formación a tus horarios y rutinas y no al revés. Sin horarios y realizado íntegramente a través de Internet.

Si realizas el pago del curso a través de Pay Pal, directamente serás tú quien introduzca el nombre de usuario y la contraseña que te darán acceso al Área Privada para entrar al curso donde podrás visualizar el material.

Si realizas el pago a través de transferencia bancaria, recibirás en tu correo electrónico unas claves de acceso con las que entrarás en el área privada.

Pero no estás sol@, en este proceso estarás acompañad@. Yo estaré a tu disposición para resolver cualquier duda o cuestión que se te plantee.

Dispones de dos meses para realizar todas las tareas y obtener tu diploma acreditativo.

## MATERIAL Y DESARROLLO

El curso consta de 40 horas lectivas divididas en 3 módulos. Cada uno de los módulos se estructura de igual manera; se incluye el material teórico necesario y material complementario.

Al finalizar cada MÓDULO te pido que realices una ficha de reflexión. No es un examen, sino una serie de preguntas encaminadas a reflexionar y por tanto a integrar mejor los contenidos aprendidos en ese tema.

Además, tendrás unas TAREAS por cada módulo que deberás realizar y enviar por mail para su evaluación. Estas tareas serán necesarias para obtener tu diploma.



## DIPLOMA

Tras la superación de este curso y evaluadas tus prácticas, obtendrás un diploma acreditativo de 40 horas lectivas.

El diploma será enviado vía internet a tu correo electrónico, para que sea más rápido y seguro.

## PROGRAMA DEL CURSO

### MODULO 1- El Coaching.

- Tema 1- Orígenes y definición de Coaching.
- Tema 2- Pilares del Coaching.
- Tema 3- El cambio. La zona de Confort .
- Tema 4- Tipos de Coaching.
- Tema 5- Beneficios del Coaching .
- Tema 6- Asociaciones de Coaching.
- Tema 7- Papeles del Coach y el Coachee.
- Tema 8- Competencias del Coach según ICF.

### MÓDULO 2- Herramientas del Coach

- Estado coach
- Escucha activa
- El silencio
- Reformulación
- Empatía
- Confrontación
- Calibración
- Rapport
- Maestría al preguntar

## MÓDULO 3- El proceso de Coaching. El modelo GROW.

Tema 1- Establecer el objetivo. La buena formulación de objetivos.

Tema 2- Explorar la realidad.

Tema 3- Búsqueda de opciones.

Tema 4- El plan de acción.

### FORMA DE PAGO



Puedes realizar el ingreso:

- A través de PayPal pinchando en el icono que encontrarás en nuestra página.
- Mediante transferencia al Banco ING DIRECT, titular Virginia Pérez, número de cuenta: ES32 1465 0310 3718 0063 3543 indicando tu nombre, apellidos y el curso al que te inscribes.

**INVICA, tu invitación al cambio**