horizon
consultores

Training, Mediación & Coaching
info@horizonconsultores.com
Tel: (+34) 620 04 58 35




# PROGRAMA DE COACHING EFECTIVO

## Descripción General del Programa:

El Programa de Coaching Efectivo está orientado al desarrollo de competencias específicas para ejercer como Coach Profesional de forma efectiva. Con una duración de 80 horas presenciales, combina la formación teórica de 40 horas sobre los orígenes y fuentes del Coaching, los principales modelos y áreas de actuación, etc. con 40 horas de práctica en forma de talleres (Workshops) donde se aplicarán técnicas y herramientas presentadas previamente.

Es un Programa diseñado para otorgar protagonismo al alumno, promoviendo el debate, el aprendizaje cooperativo y su participación activa en la construcción del conocimiento. Los Facilitadores Docentes dirigirán su actuación a generar ese contexto de diálogo y aprendizaje necesario para generar la reflexión, el cambio de hábitos y actitudes entre los participantes.

En paralelo al Programa podrán desarrollarse sesiones individuales de Coaching para superar creencias o situaciones que puedan obstaculizar el aprendizaje y el desarrollo personal. Además, los Facilitadores promoverán su participación activa en el Programa y su propio proceso de crecimiento personal, a través un plan de acción personalizado.

## Metodología:

Durante el programa se combinará la formación teórica con talleres para la aplicación práctica de los contenidos y técnicas aprendidas. A través de una metodología de Learning Coaching nos centraremos en el desarrollo de competencias desde la perspectiva del aprendizaje colaborativo y experiencial.

## Requisitos para la obtención del Diploma:

Asistir como mínimo al 80% del programa. Superar un test sobre materias teóricas y alcanzar evaluaciones positivas de las sesiones prácticas.

## Objetivos:

1. Aplicar el Coaching al desempeño profesional y la gestión empresarial.

2. Desarrollar competencias específicas para actuar eficazmente como Coach.

3. Poner en práctica técnicas y herramientas para la gestión personal efectiva.

MÓDULOS:

## Módulo 1: Introducción al Coaching.

*"Ser uno mismo es, siempre, llegar a ser ese otro que somos y que llevamos escondido en nuestro interior, más que nada como promesa o posibilidad de ser". Octavio Paz*

1. Lo que No es Coaching. Diferencias con el Mentoring, Consultoría y Terapia.

2. Origen y tendencias. Life y Executive Coaching.

3. Las Fuentes del Coaching. La Inteligencia Emocional.

4. Competencias básicas del Coach. La Escucha Activa.

Workshop 1: Entrenando la Escucha Activa.

## Módulo 2: El Proceso de Coaching I.

*"Los problemas no se pueden resolver en el mismo nivel de pensamiento en que han sido creados". Albert Einstein*

1. Fases, características y objetivos. El Método CRA.

2. La sesión de Coaching.

3. La relación coach-coachee.

4. Buenas prácticas de Coaching.

Workshop 2: Las Fases de una Conversación de Coaching.

## Módulo 3: El Proceso de Coaching II.

*"La única diferencia entre un sueño y un objetivo es una fecha". Edmundo Hoffens*

1. La Formulación de Objetivos.

2. ¿Salir de la Zona de Confort? El calibrado emocional.

3. Congruencia y compromiso.

4. El Coach como agente de la realidad.

Workshop 3: Metas, objetivos y acciones. Inteligencia Emocional aplicada.

## Módulo 4: Coaching y Comunicación.

*"Decimos lo que decimos y los demás escuchan lo que escuchan; decir y escuchar son fenómenos diferentes." Rafael Echeverría*

1. El lenguaje verbal, corporal e interior.

2. Las distinciones en el lenguaje. Activadores de emociones.

3. El Feedback como componente de la comunicación.

4. Lenguaje y aprendizaje. El Coaching ontológico.

Workshop 4: El Lenguaje como recurso de gestión.

## Módulo 5: Coaching y Programación Neuro-Lingüística (PNL)

*"Tus creencias no están hechas de realidades, sino más bien es tu realidad la que está he-cha de tus creencias". Richard Bandler (co-creador de la PNL)*

1. Presuposiciones y sistemas representacionales. La generación de rapport.

2. Los niveles lógicos. Reformulación y reencuadre.

3. Metamodelo del Lenguaje. Preguntas poderosas para acceder al mapa personal.

4. Reprogramando nuestras creencias limitantes.

Workshop 5: Aprendiendo a calibrar y acompasar. Percepción de la micro-conducta.

## Módulo 6: Coaching y Motivación.

"En el principio era el deseo, primera semilla de la mente (…)". Rig Veda.

1. Identificación de necesidades y recursos.

2. La Visualización Creativa.

3. Herramientas para el cambio personal.

4. ¿Resistencia al cambio? Kaizen Coaching

5. Aprendiendo a retar y acompañar.

Workshop 6: La competencia clave de un buen Coach: retar con efectividad.

## Módulo 7: El Mediador-Coach. Técnicas para la Resolución de Conflictos.

*"La formulación de un problema es más importante que su solución." Albert Einstein*

1. El componente interno del conflicto. Atracción y Evitación.

2. Reencuadre y reformulación. La Escalera de Inferencias.

3. Gestión de las Emociones en el conflicto. Técnicas de Coaching y PNL.

4. Las Posiciones Perceptivas. Diferentes aristas del conflicto.

Workshop 7: Entrenando las posiciones perceptivas y el reencuadre. Técnicas para pasar de posiciones a intereses.

## Módulo 8: El Juego Interior

*"En este estado, no hay nada que interfiera con la plena expresión del potencial para actuar, aprender y disfrutar." Tim Gallwey*

1. Historia del Juego Interior.

2. Yo 1 y Yo 2. Hacia la Competencia "Inconsciente".

3. La conciencia. Situaciones habituales que generan interferencia.

4. Aplicación práctica del Juego Interior.

Workshop 8: Sesión de Training. Descubriendo mi juego interior.

## Módulo 9: Coaching para la Gestión empresarial.

*"Si quieres construir un barco, no basta con dar órdenes a los hombres para que vayan a por madera y organizar su trabajo. Es preferible que les enseñes el anhelo por la inmensidad del mar." Antoine de Saint-Exupéry.*

1. Estilos de Liderazgo. El líder-coach.

2. La aplicación del Coaching a la empresa. El Modelo GROW.

3. Identificación de roles y gestión de equipos.

4. El entrenamiento de competencias directivas.

Workshop 9: Técnicas y dinámicas de Team Building.

## Módulo 10: Coaching para el alto rendimiento.

*"Gestión es hacer las cosas bien, liderazgo es hacer las cosas". Peter Drucker*

1. La experiencia de Autorrealización.
2. Mindfulness y Juego Interior.
3. Cuando comunicar es inspirar.
4. Escribo mi futuro. Narrativa del proyecto personal.

## Evaluación Final del Programa:

Examen tipo test sobre materias teóricas junto a la presentación y defensa de la narrativa sobre el proyecto personal, que incluirá la declaración pública del plan de acción a ejecutar por cada uno de los participantes para poner en práctica lo aprendido durante el Programa.

## Coordinador y Coach-Facilitador del Programa:

**Juan Manuel Dieste Cobo. CEO de Horizon Consultores.** Coach Profesional por el IESEC de Valencia. Mediador Civil y Mercantil por la Cámara de Comercio de Santa Cruz de Tenerife. Máster en Gestión de Empresas (MBA) por la ULL. Doctor en Ciencias de la Educación por la Universidad de Granada. Licenciado en Derecho por la ULL.

## Más información e Inscripciones:

El Programa cuenta con Reconocimiento de Oficialidad por parte de la Escuela de Servicios Sanitarios y Sociales de Canarias (ESSSCAN) Los participantes que cumplan los requisitos de asistencia y alcancen una evaluación positiva obtendrán Diploma acreditativo de esta institución.

Para más información, próximas fechas, inscribirte al Programa o a varios Módulos visita nuestra web: http://horizonconsultores.com/coaching/

Consulta los requisitos para la bonificación de hasta el 100% del precio a través de la Fundación Tripartita (gestión incluida) y los descuentos y promociones aplicables para grupos, condiciones de financiación, etc.

También puedes ver y compartir el vídeo promocional desde tu Smartphone escaneando este código QR

¡Reserva tu plaza ya! Email: info@horizonconsultores
Tel: (+34) 620 04 58 35 Web: horizonconsultores.com