



EL COACHING COMO ESTRATEGIA DE DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL (65 H) Teleformación

Finalidad

La finalidad del curso es, partiendo de las bases psicológicas del coaching, introducir a los recién egresados en una metodología del que les sirva de palanca para su futuro desarrollo personal, y sobre todo profesional.

Objetivos Generales

Conocer el sustento científico de la psicología del coaching basado en la evidencia empírica. Conocer las estrategias y técnicas más utilizadas en los procesos de coaching.

Objetivos Específicos

Incorporar la metodología del coaching al desarrollo profesional del recién egresado. Descubrir “palancas” para el futuro desarrollo profesional del participante.

Programa:

MÓDULO 1.- ¿Qué es el coaching? (5 horas)

- Coaching directivo vs. no directivo.
- Valores específicos del coaching no directivo.
- Objetivo general del coaching.

MÓDULO 2.- Bases psicológicas del coaching. (10 horas):

- Psicología científica y coaching.
- La modificación de conducta.
- La reestructuración cognitiva.
- El autocontrol y la autorregulación.
- Técnicas de solución de problemas.
- Establecimiento de objetivos.
- Psicología positiva.
- Liderazgo.

MÓDULO 3.- Habilidades para optimizar el funcionamiento del coach. (15 horas):

- Habilidades interpersonales.
- Nivel de activación óptimo.
- Motivación y emociones.
- Habilidades atencionales.

MÓDULO 4.- Estrategias fundamentales del coaching. (10 horas):

- La empatía.
- Autoconfianza vs. Falsa confianza.
- Aprovechar y gestionar la información.
- Atender las prioridades.

MÓDULO 5.- Técnicas de conversación en coaching. (15 horas):

- Técnicas no verbales.
- Repetir, clarificar, resumir.
- Gestión de los silencios.
- Preguntas abiertas.
- Escucha activa.

MÓDULO 6.- Conciencia social y competencia profesional (10 horas).

REQUISITOS DE ACCESO DE LOS ALUMNOS:

Dirigido a cualquier titulación universitaria