

FICHA TÉCNICA DEL CURSO

Nombre del curso: Coaching

Duración: 25h

Modalidad: Online

Objetivo

- Conocer con profundidad el concepto del coaching y las partes que participan en él.
- Conocer las raíces de su metodología.
- Conocer las principales influencias de diferentes campos.
- Saber llevar a cabo un proceso de coaching.
- Conocer las principales herramientas prácticas para llevar a cabo un proceso de coaching.

Contenido

UD1. ¿Qué es el coaching?.

- 1.1. ¿Para qué sirve el coaching?.
- 1.2. El Coach y el Coachee.
- 1.3. Ideas equivocadas sobre el coaching.
- 1.4. Origen del término "Coach".

UD2. Influencias de la filosofía clásica en el desarrollo de la sesión de Coaching.

- 2.1. Sócrates (470 – 399 A.C.).
- 2.2. Platón (427 – 347 A.C.).
- 2.3. Aristóteles (384 – 322 A.C.).

UD3. Diferentes influencias en el trabajo del desarrollo personal.

- 3.1. Influencias de filosofías orientales.
- 3.2. Influencias en las últimas décadas.
- 3.3. Influencias de la psicología en el coaching.
- 3.4. Aportes de la física cuántica y la neurociencia.

UD4. Corrientes y tipos de coaching.

- 4.1. Corrientes del coaching.
- 4.2. Tipos de coaching.

UD5. La sesión de coaching.

- 5.1. Proceso de trabajo.
- 5.2. El "GROW". ¿Qué es el modelo GROW?.
- 5.3. Posibles preguntas para cada una de las partes del "Grow".

UD6. Herramientas prácticas de trabajo.

- 6.1. Test de las 30 preguntas previo a sesiones.
- 6.2. Test de idoneidad.
- 6.3. La rueda de la vida.
- 6.4. Lista de valores.
- 6.5. Tipos VAK y test de estilo de aprendizaje.
- 6.6. Visualización de misión y visión.
- 6.7. Creencias limitantes. Formulario para identificarlas.
- 6.8. Transformar creencias.
- 6.9. Tengo que o elijo.
- 6.10. Visualización de epitafios.
- 6.11. Tiempo de vida limitado.