

Coaching

50 Horas

Temario

- Coaching, origen, elementos esenciales, su potencial, beneficios y ventajas del coaching
 - Concepto, origen y filosofía coaching. El cambio. Ventajas del coaching
 - Introducción
 - Coaching
 - ¿Qué es el coaching?
 - El origen
 - Los elementos esenciales del coaching
 - El potencial del coaching
 - Beneficios y ventajas del coaching
 - No todo lo que dicen del coaching es cierto
 - Definición exacta del coaching
 - Preguntas frecuentes sobre el coaching
- El equipo de trabajo y el coach
 - El equipo de trabajo y el coach
 - El trabajo en equipo en las organizaciones
 - La formación del equipo de trabajo
 - Equipo de trabajo, factores a tener en cuenta
 - El equipo participativo
 - Situaciones en el trabajo en equipo

- Desarrollo del equipo de trabajo
- Ejecución de tareas
- Evaluación del equipo de trabajo
- El líder-coach simplemente coordinará los pasos a seguir
- En busca de la cooperación en un equipo de trabajo
- El líder y el coaching
 - El líder y el coaching
 - El liderazgo
 - Estilos de liderazgo
 - Su eficacia dependerá en gran medida de estas variables
 - En busca del líder-coach dentro de la organización
 - Competencias de un líder-coach
 - El líder-coach como transformador
- El coaching en la organización
 - El coaching en la organización
 - La visión
 - La misión
 - Objetivos de la organización
 - Características fundamentales
 - La clasificación de los objetivos
 - La naturaleza de los objetivos
 - La coherencia de la estrategia con la misión, visión y los objetivos
 - El coaching y su influencia en la organización
 - Globalización, responsabilidad social y coaching
 - Cómo aplicar el coaching en una organización
 - ¿Cómo conseguimos todo esto?
- Conflictos, problemas y coaching

- Conflictos, problemas y coaching
- Los conflictos
- Fases en un conflicto
- La gestión del conflicto
- Cómo afrontar un conflicto
- El problema
- Las habilidades
- Tipos de problemas
- El descubrimiento del problema
- Ante un problema concreto los pasos son
- Los problemas y su solución
- La planificación
- Evaluación del problema y sus soluciones
- Problemas y respuestas creativas
- Las habilidades sociales y el coaching
 - Las habilidades sociales, aspectos generales
 - Introducción
 - ¿Cuándo se pueden aplicar las habilidades sociales?
 - Las críticas, emisión
 - Recomendaciones verbales y no verbales
 - El desacuerdo
 - Habilidades sociales, ventajas durante el proceso de coaching y posteriormente
 - Habilidades sociales más interesantes. La asertividad
 - Respuesta asertiva: tipos
 - Derechos relacionados con la asertividad
 - Técnicas asertivas
 - Técnica para procesar el cambio

- Estrategias para limitar la asertividad
- El Entrenamiento Asertivo
- Habilidades sociales. La escucha activa
- Introducción
- ¿Por qué es importante escuchar activamente?
- ¿Cómo se practica la escucha activa?
- Escucha activa: el proceso
- Los enemigos de la comunicación desde el punto de vista de la Escucha Activa
- Barreras para la escucha activa
- La escucha activa, el lenguaje verbal y el lenguaje no verbal
- Claves para una Escucha Activa Eficaz
- La empatía
- ¿Es usted una Persona Asertiva?
- Inteligencia emocional y coaching
 - Inteligencia emocional y coaching
 - Introducción
 - Teoría de las inteligencias múltiples
 - Las emociones
 - Destrezas sociales
 - La comunicación y su poder
 - Comunicación y trabajo
 - ¿Influyen las emociones en mi trabajo?
- PNL y coaching
 - PNL y coaching
 - Programación neurolingüística. PNL. Introducción
 - La realidad
 - Los canales

- El calibrage
- Vamos a ver las más interesantes
- Hacia una comunicación más eficaz. La meta-programación
- El ancla, nuestros recursos y los mapas mentales
- El ancla
- Pasos para aplicar la PNL en un proceso de coaching
- Acercándonos a los demás con la PNL y el coaching
- Motivación y coaching
 - Motivación y coaching
 - Introducción
 - El origen de la motivación
 - Consciente de lo que hago
 - Teorías relacionadas con la motivación
 - Motivación, pensamiento positivo y optimismo
 - La motivación y la conducta
 - La motivación y su ciclo
 - Tipos de motivación
 - Comunicación y motivación
 - Formación
 - Interés y estímulo
 - Preguntas, coaching y trabajo
 - La desmotivación
 - Automotivación, liderazgo y coaching
- Autoconocimiento y Autoestima
 - El conocimiento hacia nosotros mismos y la autoestima
 - Autoconocimiento, introducción
 - Felicidad

- Autoconocimiento e inteligencia emocional
- Autoestima
- ¿Qué importancia tiene la autoestima en nuestras vidas?
- Algunos factores principales de autoestima
- La “construcción” de la autoestima
- Formas erróneas de construir la autoestima
- La Introspección
- El ser consciente
- La autoaceptación
- Hacia la mejora de la autoestima, completando oraciones
- Liberación de la culpa
- El niño
- Niño, (ejercicio)
- La responsabilidad, nuestra guía
- Ejercicio:
- La autenticidad
- Tipos de coaching, el cambio, los objetivos, etapas
 - Tipos de coaching, el cambio, los objetivos, etapas
 - Tipos de coaching
 - El cambio
 - Los objetivos
 - Características fundamentales de los objetivos
 - Etapas del coaching
- Coaching y gestión eficaz del tiempo
 - Coaching y gestión eficaz del tiempo
 - Introducción
 - La gestión del tiempo, ¿es cierto lo que nos han contado?

- ¿Esto es urgente o importante?
- Ritmos de actividad
- Optimizando el tiempo: ordenando las tareas
- Mejor lo hago mañana
- Para ello vamos a comentar una serie de recomendaciones
- Aprendiendo a delegar
- Di no
- ¿Aprovecho mi tiempo de trabajo?
- Algunas herramientas actuales para optimizar el tiempo