

Coaching

50 horas de duración



Metodología
100% online



Hasta **100%**
bonificable



**Diploma de
Aprovechamiento**



**Sin requisitos
de acceso**

CARACTERÍSTICAS

X X X X X X X



Objetivos principales del curso

- Conocer qué es el coaching, detectar sus características principales y saber para qué puede ser utilizado.
- Ampliar conocimientos en relación con el cambio, tan común en todos los ámbitos de nuestra vida en este momento.
- Hablar del autoconocimiento, de los deseos y necesidades, motivaciones, límites y responsabilidades. Todo esto relacionado con algunas de las técnicas más utilizadas en coaching.



Modalidad
100% online



Diploma de Aprovechamiento



Apoyo y asesoramiento continuo



X X X X X X X X X

Formación online (bonificable hasta el 100%)

X X X X X X X X X



Índice de contenidos

.....
¿Qué **aprenderás**
con nosotros?



1

MÓDULO 1: COACHING, ORIGEN, ELEMENTOS ESENCIALES, SU POTENCIAL, BENEFICIOS Y VENTAJAS DEL COACHING

- 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.
- Preguntas frecuentes sobre el coaching.

2

MÓDULO 2: TIPOS DE COACHING, EL CAMBIO, LOS OBJETIVOS, ETAPAS

- Tipos de coaching.
- El cambio.
- Los objetivos.
- Etapas del coaching.

3

MÓDULO 3: AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA

- Autoconocimiento, introducción.
- Autoestima.

4

MÓDULO 4: MOTIVACIÓN Y COACHING

- 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.
- Auto motivación, liderazgo y coaching.

5

MÓDULO 5: PNL Y COACHING

- Programación neurolingüística. PNL. Introducción.
- La realidad.
- Los canales.
- El calibraje.
- Hacia una comunicación más eficaz. La meta-programación.
- El ancla, nuestros recursos y los mapas mentales.
- Pasos para aplicar la PNL en un proceso de coaching.
- Acercándonos a los demás con la PNL y el coaching.

6

MÓDULO 6: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COACHING

- Las emociones.
- Destrezas sociales.
- La comunicación y su poder.
- Comunicación y trabajo.

7

MÓDULO 7: LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL COACHING

- ¿Cuándo se pueden aplicar las habilidades sociales?

- Habilidades sociales, ventajas durante el proceso de coaching y posteriormente.
- Habilidades sociales más interesantes. La asertividad.
- Habilidades sociales. La escucha activa.
- La empatía.
- ¿Es usted una persona asertiva?

8**MÓDULO 8: CONFLICTOS, PROBLEMAS Y COACHING**

- Los conflictos.
- Fases en un conflicto.
- La gestión del conflicto.
- Cómo afrontar un conflicto.
- El problema.
- Problemas y respuestas creativas.

9**MÓDULO 9: EL COACHING EN LA ORGANIZACIÓN**

- La visión.
- La misión.
- Objetivos de la organización.
- El coaching y su influencia en la organización.

10**MÓDULO 10: EL LÍDER Y EL COACHING**

- El liderazgo.
- En busca del líder-coach dentro de la organización.
- Competencias de un líder-coach.

11**MÓDULO 11: 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.
- En busca de la cooperación en un equipo de trabajo.

12

MÓDULO 12: COACHING Y GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO

- 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.
- Aprendiendo a delegar.
- Di no.



METODOLOGÍA



100% ONLINE. FLEXIBILIDAD

Nuestra **metodología online** está pensada para que tú, como alumno, adquieras un nivel de conocimiento adecuado a tu ocupación profesional. Te ofrecemos un nivel alto de interactividad que sirve de refuerzo al aprendizaje y a la asimilación de la información.

Una vez confirmado el pago, formalizaremos tu matrícula en el curso y, el día del inicio (miércoles o viernes), recibirás un correo electrónico con tus claves de acceso al **Campus Virtual**.

Además, el ritmo y el itinerario didáctico del curso están diseñados para ser conciliados con tus responsabilidades personales y laborales. ¡Tú organizas tu tiempo!

¿Qué te vas a encontrar?

Una vez dentro del Campus, podrás descargar y estudiar el material didáctico, ver videotutoriales explicativos, participar en foros de debate, plantear tus dudas a tu tutor personal, leer documentación complementaria, realizar las actividades o interactuar con otros alumnos.



Fácil de utilizar: no se necesitan conocimientos específicos de informática para realizar el curso. Nuestra plataforma online te guiará paso a paso en todo el proceso de formación.



Tutor personal: resuelve todas tus dudas en directo en horario de tutorías o consulta con tu tutor personal a través de email.



Desde cualquier dispositivo: sin desplazamientos. Estés donde estés, con tus claves de acceso podrás hacer el curso desde cualquier ordenador.



Vídeos y herramientas multimedia: foros, chats, casos prácticos y múltiples vídeos que harán que tu aprendizaje sea mucho más ameno.



Disponible las 24 horas: se puede acceder al curso en cualquier momento del día.



Contenido descargable: el contenido del curso y todo el material complementario está disponible para su descarga.



Soporte técnico: Contarás con el apoyo de un equipo de soporte informático para cualquier necesidad que te pueda surgir.



Tutorías telefónicas: podrás contactar con tu tutor telefónicamente.

**¿Tienes dudas?
¡Contacta con nosotros!**

Tel. 910 881 314
femxacorporate@femxa.com

Cámara
Pontevedra, Vigo y
Vilagarcía de Arousa

femxa