

## COACHING



	<b>ONLINE</b>		
	<b>Duración:</b> 25 H	<b>Horas presenciales:</b> 0 H	<b>Horas online:</b> 25 H
	<b>Familia:</b> ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN <b>Área:</b> NO PRL		
	<b>Dirigido a:</b> Trabajador@s, personas desempleadas, autónomos, personal de dirección, etc. que deseen adquirir, mejorar o afianzar los conocimientos teórico-prácticos relacionados con su puesto de trabajo o su pasada, presente o futura trayectoria laboral, con una formación académica acorde con las exigencias requeridas para realizar la acción formativa con aprovechamiento.		
	<b>Objetivos:</b> 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.		
	<b>Metodología:</b> Metodología basada en la realización de la formación a través de una plataforma de teleformación o e-learning, permitiendo al alumn@ interactuar con el tutor/a, a través de tutorías personalizadas y otras herramientas como chat, foros, etc., desde un desarrollo planificado y sistematizado de la acción formativa, permitiendo al alumno realizar la formación desde cualquier lugar y a en todas las franjas horarias, evitando así desplazamientos pudiendo conciliar vida familiar y laboral. El contenido se basa en paquetes SCORM, vídeos, actividades, exámenes, etc.		
	<b>Contenidos:</b> 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.