



INTERNATIONAL  
BUSINESS SCHOOL



# Programa Avanzado de Coaching Ejecutivo, de Equipos y Personal



Palma, del 26 de octubre de 2018  
al 8 de marzo de 2019

Viernes de 9.00 a 13.30 y de 15.00 a 18.30  
CAEB - C/ d'Aragó 215 1º 07008 Palma de Mallorca



## INTRODUCCIÓN

El Coaching es una potente herramienta de desarrollo personal y profesional orientada hacia el cambio positivo. A través de un conjunto de técnicas se logran potenciar nuestras capacidades y habilidades hasta obtener lo mejor de uno mismo.

Partiendo de la autoconciencia de que somos capaces de mejorar se inicia un proceso de entrenamiento que es guiado, estructurado y personalizado para ayudar a que cada persona desarrolle su potencial al máximo y alcance todas las metas que se proponga, incrementando su motivación y confianza.

### ¿Para qué puede servir el Coaching en una organización?

Implementar procesos de Coaching aumenta la productividad en las empresas, así como la motivación y satisfacción laboral de sus trabajadores. A través del Coaching, se “aprende a aprender” y los empleados tienen la oportunidad de potenciar su talento y alinear sus propios objetivos con los de la organización.

Entre los múltiples beneficios para la organización y las personas destacar que:

- Estimula a los trabajadores hacia la producción de resultados sin precedentes
- Contribuye a clarificar los objetivos y planificar estratégicamente las metas
- Incrementa la creatividad e innovación, así como la adaptabilidad al cambio
- Predispone a las personas hacia la colaboración, el trabajo en equipo y el consenso
- Renueva las relaciones y hace más eficaz la comunicación
- Aumenta la autoconfianza de los individuos, potenciando su inteligencia emocional
- Permite a la gente encontrar sentido y valor en su función, trabajar motivada y con responsabilidad
- Destapa la potencialidad de cada persona, permitiendo alcanzar objetivos que parecían inaccesibles

Este curso, organizado por la Confederación de Asociaciones Empresariales de Baleares (CAEB) e impartido por In Confidence, está acreditado por UFV-ADEN International Business School, la Escuela Internacional de Negocios de la Universidad Francisco de Vitoria y ADEN Business School, organización con presencia en 17 países y más de 4.000 empresas de primer nivel como clientes.

Esta es su oportunidad de adquirir los conocimientos necesarios para el desarrollo y la práctica del Coaching Profesional y Personal, logrando sacar lo mejor de sí mismo, sus clientes y/o de sus equipos. La formación aborda en profundidad y a través de una metodología vivencial las 3 principales disciplinas del Coaching: Ejecutiva, de Equipos y Personal (o LifeCoaching).

## OBJETIVOS

- Conocer las posibilidades que ofrece el Coaching para desarrollar al máximo el potencial de los empleados y mejorar la rentabilidad en la Empresa
- Dominar las mejores técnicas del Coaching aplicadas al desarrollo de competencias en colaboradores y equipos de alto rendimiento
- Diferenciar los tipos de coaching que existen y sus aplicaciones
- Clarificar qué es y qué no es Coaching, así como su relación con otras disciplinas
- Evitar los errores más comunes que restan eficacia al Coaching
- Analizar las características del proceso de Coaching: Plan de Acción, Seguimiento y Evaluación
- Determinar las fases a seguir para desarrollar con éxito un proceso de Coaching y aprender como evaluar su rentabilidad
- Saber tratar con los clientes, aprender a dar feedback-forward efectivo y entrenarse en la aplicación de metáforas
- Aprender a calibrar para generar un clima de confianza e intimidad
- Ser capaz de detectar y gestionar las creencias: potenciadoras y limitantes
- Identificar las herramientas que mejor permiten gestionar las propias emociones
- Saber crear un mapa personal de motivaciones, estableciendo claridad sobre sus valores y necesidades
- Entrenar las competencias clave para potenciar la escucha activa y lanzar preguntas poderosas
- Dominar el autoconocimiento como camino a la autoeficacia
- Descubrir los obstáculos más comunes del Coaching y cómo superarlos
- Estudiar casos reales de Coaching aplicados a diversas organizaciones

## **METODOLOGÍA**

La metodología que se utilizará durante el curso es dinámica y participativa, para facilitar la transferencia de los conocimientos adquiridos al desempeño profesional diario. Durante las jornadas se desarrollan actividades y casos prácticos, así como el análisis de ejemplos reales, combinando diferentes métodos didácticos activos para fomentar el intercambio de experiencias, la resolución de dudas y el aprendizaje.

## **A QUIÉN VA DIRIGIDO**

- A directivos, trabajadores, mandos intermedios, empresarios o emprendedores que, relacionándose con personas y equipos, quieran sacar el máximo potencial de éstos.
- A profesionales de recursos humanos y/o del sector de la formación y la consultoría, que deseen integrar nuevas herramientas.
- A profesionales dedicados a cualquiera de las disciplinas de desarrollo personal y/o profesional: psicólogos, terapeutas, docentes, personal sanitario, etc.
- A personas que quieran hacer del Coaching su profesión.
- Y a cualquier persona que desee dominar las herramientas más eficaces para aplicar con éxito el Coaching en su ámbito personal, profesional y empresarial.

## ¿CUÁNDO SE REALIZARÁ?

- **MODULO I: PRINCIPIOS DEL COACHING**
  - 26 de octubre de 2018 (8 horas)
- **MODULO II: LAS COMPETENCIAS DEL COACH**
  - 16 de noviembre de 2018 (8 horas)
- **MODULO III: HERRAMIENTAS DEL COACH**
  - 30 de noviembre y 14 de diciembre de 2018 (16 horas)
- **MODULO IV: SIMULACIONES Y CASOS PRÁCTICOS**
  - 18 de enero de 2019 (8 horas Presenciales + 6 On-line)
- **MODULO V: COACHING DE EQUIPOS**
  - 1 de febrero de 2019 (8 horas)
- **MODULO VI: LA PRÁCTICA DEL COACHING EN LOS PUESTOS DIRECTIVOS**
  - 15 de febrero de 2019 (8 horas)
- **MODULO VII: COACHING PERSONAL**
  - 8 de marzo de 2019 (8 horas)

### **ON-LINE**

- **MODULO VIII: LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL COACH**
  - (10 horas On-line)

## CONTENIDO

### MÓDULO 1: PRINCIPIOS DEL COACHING (8 HORAS)

- ¿Qué es coaching?
- Filosofía del coaching
- Diferencias entre coaching y otras disciplinas
- Tipos de coaching que existen y sus aplicaciones
- Rentabilidad del coaching para la persona y para la organización
- El vínculo entre cuerpo-emoción-equipo
- La relación entre coach y cliente. Confidencialidad y principios éticos.
- Características del proceso de coaching. Plan de Acción, Seguimiento y Evaluación.

### MÓDULO 2: LAS COMPETENCIAS DEL COACH (8 HORAS)

- Generación de contexto
- La escucha activa
- Aprendizaje transformacional
- Modelo del observador, acción y resultado
- Aprender a calibrar para generar un clima de confianza e intimidad
- Practicar el feedback y el feedforward
- Maestría al preguntar



### MÓDULO 3: HERRAMIENTAS DEL COACH (16 HORAS)

- Herramientas del coach I: Lenguaje y herramientas conversacionales
  - Lenguaje y coaching
  - Distinciones del lenguaje y herramientas conversacionales
    - Observaciones y juicios
    - Método de investigación de las dos columnas. La columna izquierda ¿De qué hablamos cuando no hablamos?
  - Escalera de inferencias
  - Alegato e indagación
  - Compromisos y recommitmentos
  - La aplicación de las metáforas en el coaching.
- Herramientas del coach II: Exploración y toma de conciencia
  - Test de Arquetipos de Jung
  - Análisis DAFO
  - Rueda de la vida
  - Ventana de Jaharí
  - Matriz de Eisenhower
  - Test MBTI de personalidad
  - Escala de Maslow
  - Test de Thomas Killmann
  - Detención y gestión de creencias: potenciadoras y limitantes
  - Análisis transaccional

- Herramientas del coach III: Logro de objetivos y cambios
  - Modelo GROW
  - Definición de objetivos: Modelo SMART
  - Reencuadre
  - Visiones poderosas: el Mago Merlín
  - Modelo ADKAR en la gestión del cambio
- La línea del tiempo

#### **MÓDULO 4: SIMULACIONES Y CASOS PRÁCTICOS (8 HORAS PRESENCIALES + 6 HORAS ON-LINE)**

Cada alumno llevará a cabo un Autodiagnóstico de las competencias personales necesarias para desempeñar, con eficiencia y eficacia, el papel de “Coach”.

1 sesión individual con metodología Coaching-Mentoring, con un coach profesional, para valorar el resultado de las acciones emprendidas, las herramientas utilizadas y los compromisos adquiridos, así como revisar los objetivos (mediante Skype).

1 práctica supervisada con un mentor coach profesional. En estas sesiones se comparten buenas prácticas, áreas de mejora y se supervisa la realización de procesos de coaching garantizando la calidad de los mismos (mediante Skype).

Durante una jornada presencial se realizarán sesiones de coaching entre participantes, supervisadas por un Coach profesional que trabajará con cada alumno de manera personalizada, para su desarrollo y capacitación, poniendo en juego lo aprendido, en un entorno seguro y reducido.



## **MÓDULO 5: COACHING DE EQUIPOS (8 HORAS)**

- Aplicación del coaching para incrementar el rendimiento de equipos de trabajo
- El Coaching del Colaborador
  - ¿Cuándo realizar un coaching y cuándo no?
  - La importancia de proporcionar retroalimentación
  - Etapas en el desarrollo de una entrevista de coaching
  - Instrumentos para la entrevista
  - Procedimientos para el acompañamiento
  - Dinámica de progreso
- El Coaching de Equipos
  - Diagnóstico del grado de madurez de un equipo: retos y dificultades que es capaz de afrontar.
  - Acompañamiento del progreso colectivo.
  - El equipo de alto rendimiento.

## **MÓDULO 6: LA PRÁCTICA DEL COACHING EN LOS PUESTOS DIRECTIVOS (8 HORAS)**

- El directivo coach
- Por qué convertirse en directivo coach
- Estilos de liderazgo
  - El líder-coach
- Coaching para conseguir resultados positivos de los colaboradores y equipos de trabajo.
  - Casos prácticos

## **MÓDULO 7: COACHING PERSONAL (8 HORAS)**

- Saca el mejor partido de ti mismo
- Elige tus convicciones
  - Cómo identificar y modificar las ideas que te limitan
  - Cómo afianzar y fortalecer las opiniones positivas
  - Cómo controlar los miedos
- Descubre los valores que te motivan
  - Cómo crear un mapa personal de motivaciones
  - Cómo tener claridad sobre tus valores y necesidades
  - Cómo afrontar los conflictos de automotivación
  - Cómo pasar de los problemas a las posibilidades
- Diseña un plan de acción efectivo
- Define tus metas con sensatez

## **MÓDULO ON LINE: LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL COACH (10 HORAS)**

- El autoconocimiento como camino a la autoeficacia
  - ¿Quién Soy YO?
  - Autoconcepto, autoestima y autoeficacia
- La gestión de mis emociones
- Desarrollo de habilidades sociales y comunicación eficaz

## PONENTES

### ❑ *D<sup>a</sup> RITA GONZÁLEZ FERNÁNDEZ*

Licenciada en Psicología con Máster en Recursos Humanos y PRL. Coach certificada por la ICF. Ha desarrollado su carrera profesional en RRHH durante más de 20 años, siendo Responsable de Formación, Selección, Desarrollo y Comunicación en SEUR. Durante esta etapa colaboro en la creación del Dpto. de Recursos Humanos y desarrollo el Sistema de Gestión por Competencias y de Evaluación del Desempeño. Posee amplia experiencia como docente, así como en la prestación de servicios de asesoramiento y consultoría. Entre las numerosas empresas en las que ha desarrollado e impartido formación se encuentran: Abengoa, Agroseguro, Ayuntamientos, Asprima, Comunidad de Madrid, Correos, Cruz Roja, Grupo Fromageries Bel, PSA Peugeot-Citroën, Zeleris...Consultora Senior en In Confidence.

### ❑ *D<sup>a</sup> M<sup>a</sup> SOL MUÑOZ*

Más de 20 años de experiencia en ayudar a las organizaciones a desarrollar el potencial de sus colaboradores a través de acciones de formación y capacitación, así como de programas de Mentoring y Coaching. Licenciada en Psicología por la Universidad Pontificia de Salamanca, Máster en Dirección de Recursos Humanos por ESDEN, facilitadora de la Metodología Belbin de Roles de Equipos y Coach Asociado Certificado por AECOP. Desarrolla su actividad profesional como Consultora tras haber trabajado en puestos de responsabilidad en compañías de primer nivel como EVERIS, KPMG CONSULTING y PRICEWATERHOUSECOOPERS.

### ❑ *D. JOSÉ LUIS ZALDÍVAR*

Licenciado en Ciencias de la Comunicación (Especialidad Desarrollo Organizacional -1997) en Monterrey, México, y Master en Comunicación de Instituciones Públicas y Políticas (ICIE-UCM -2001). Formación complementaria en manejo de equipos; desarrollo y exposición de cursos; facilitador para la solución de problemas; team building; manejo de franquicias. Más de 15 años de experiencia en compañías multinacionales en México y España como responsable de áreas de Comunicación, Marketing, Recursos Humanos y Responsabilidad Social. Experiencia como formador, impartiendo cursos y ponencias presenciales desde 1998 y virtuales en 2001. Asimismo presta servicios de asesoramiento y de consultoría de RRHH. Coach certificado por la ICF.

## **FECHAS DE REALIZACIÓN Y DURACIÓN DEL PROGRAMA**

Este programa se celebrará del 26 de octubre de 2018 al 8 de marzo de 2019. El programa tiene una duración de 80 horas lectivas y se impartirá en Palma de Mallorca durante 8 viernes (en horario de 9.00 a 13.30 y de 15.00 a 18.30) en semanas alternas.

Horas presenciales: 64h | Horas On-line: 16h

## **DOCUMENTACIÓN**

Los alumnos recibirán la documentación que se utilice durante las sesiones.

## **REQUISITOS PARA LA INSCRIPCIÓN**

El número de plazas para realizar el programa está limitado. Los interesados deberán remitir la solicitud de inscripción adjunta debidamente cumplimentada.

## **DIPLOMA**

Siempre que los participantes hayan asistido, como mínimo, al 85% de las sesiones del programa recibirán un diploma acreditativo de realización del Programa Avanzado de Coaching Ejecutivo, de Equipos y Personal. El Certificado de aprovechamiento será expedido por UFV-ADEN International Business School, avalando los conocimientos que han adquirido. El curso completo es equivalente a 4 créditos ECTS.

## **LUGAR DE REALIZACIÓN**

El programa se celebrará en las instalaciones de CAEB (C/ d'Aragó, 215, 1º - 07008 Palma de Mallorca).

## **DERECHOS DE INSCRIPCIÓN**

El precio total del programa es de 1.995 € para asociados a CAEB y a partir del 2º inscrito de la misma empresa. En el resto de casos 2.100 €. La cuota incluye la asistencia a las sesiones, documentación y cafés. Atendiendo a la Ley 30/2015 de 9 de septiembre, por la que se regula el Sistema de Formación Profesional para el empleo en el ámbito laboral, esta formación no es bonificable.

## **CÓMO FORMALIZAR LA MATRÍCULA**

Si Ud. quiere realizar el programa, envíe la solicitud de inscripción adjunta a CAEB. Una vez que su solicitud haya sido aceptada, Ud. deberá efectuar la reserva de plaza abonando el coste del programa a fin de asegurarse la plaza. Por favor, contacte con Carmen Francés (971 70 60 08) para cerrar los detalles de la matriculación y efectuar el pago de su inscripción al programa.

## INFORMACIÓN Y RESERVAS

**CAEB**

**C/ d'Aragó, nº 215, 1ª planta. 07008 Palma de  
Mallorca**

**TF. 971 70 60 08**

**[formacion@caeb.es](mailto:formacion@caeb.es) · [www.caebformacion.com](http://www.caebformacion.com)**

**caeb**   
empresarios