

# Herramientas de coaching

**Curso semipresencial**

**Duración:** 40 horas

**Fechas:** Del 17/10/2014 al  
13/11/2014

**16 horas de formación  
presencial práctica**

4 viernes por la tarde de  
16:00 a 20:00 h

17, 24, 31 de octubre y 7 de  
noviembre

90 €

[formacion@camarahuesca.com](mailto:formacion@camarahuesca.com)

974 21 88 99



# LideraTE

## Objetivo del curso

Dotar a los participantes de **las principales herramientas de éxito** implantadas en **grandes y pequeñas empresas** que figuran entre las mejores en relación a su **comunicación interna y externa** y a la **gestión y desarrollo del capital humano**.

## Destinatarios

Personas que **quieran conocer los aspectos básicos del coaching**, con un punto de vista práctico y cercano.

Directivos o mandos medios que tengan **interés en desarrollar a sus colaboradores** y quieran conocer herramientas efectivas de desarrollo personal y de equipos.

Personas del mundo de la formación, consultoría, deportes y otras disciplinas similares que deseen **adquirir habilidades como coach**.

## Metodología

El curso consta de **40 horas**, las cuales se desarrollarán bajo metodología blended: **16 horas de formación práctica presencial** distribuidas en 4 sesiones de 4 horas de duración y **24 horas de formación online** con acceso a materiales, actividades, foros, consultas, etc.

Los **talleres prácticos presenciales** permiten al alumno/a desarrollar las habilidades in situ para la aplicación de herramientas de coaching a nivel personal y/o empresarial. A través de la **plataforma online**, el alumno puede preparar las sesiones presenciales, revisar el material, profundizar en contenidos e interactuar con el equipo docente y el resto de alumnos.

**Fecha de inicio:** 17/10/2014

**Fecha fin:** 13/11/2014

**Fechas y horarios de las sesiones presenciales:** 17, 24 y 31 de octubre y 7 de noviembre en horario de 16,00 a 20,00 horas.



## Módulo 1.- Orígenes e influencias del coaching. Principios y valores.

- 1.1. Concepto de coaching.
- 1.2. Principios y valores.
- 1.3. Aportaciones desde la Filosofía.
- 1.4. Aportaciones desde la Psicología Humanista, Gestáltica, Cognitiva y desde la PNL.
- 1.5. Aportaciones desde la Consultoría y la Empresa.

**17 de octubre** de 16:00 a 20:00 horas en las aulas de Cámara de Comercio de Huesca.

**Profesor:** Carlos Morales.

## Módulo 2.- Modelo GROW para el cambio y definición de metas.

- 2.1. Descripción del modelo GROW en los procesos de coaching.
- 2.2. Condiciones de la buena FORMULACIÓN DE OBJETIVOS y objetivos SMART.
- 2.3. Exploración de la realidad y validación del objetivo.
- 2.4. Generación de alternativas con herramientas prácticas.
- 2.5. Elección de un plan de acción.
- 2.6. Práctica: Sesión real de un proceso de coaching.

**24 de octubre** de 16:00 a 20:00 horas en las aulas de Cámara de Comercio de Huesca.

**Profesora:** Vanesa Arazo.

## Módulo 3.- Claves para superar el AUTO SABOTAJE.

- 3.1. Nadie se libra, ¿Qué es el auto sabotaje?
- 3.2. ¿Por qué ocurre esto?: Beneficios inmediatos y existencia de una necesidad mayor.
- 3.3. Combate tu auto-sabotaje. Herramientas prácticas.
- 3.4. El refuerzo de tus logros.

**31 de octubre** de 16,00 a 20,00 horas en las aulas de Cámara de Comercio de Huesca.

**Profesora:** Vanesa Arazo.

## Módulo 4.- Herramientas para aplicar dentro de los procesos de coaching.

- 4.1. Herramientas de Comunicación: Calibrar, Rapport, Escucha activa y Feedback.
- 4.2. Herramientas de Exploración: Conciencia, lista de valores, Epitafios.
- 4.3. Herramientas de Motivación al Cambio: Expectativas, Visualizaciones, Sugestión Hipnótica.
- 4.4. Herramientas de Aprendizaje: Modelado, Moldeamiento, Andamiaje.

**7 de noviembre** de 16:00 a 20:00 horas en las aulas de Cámara de Comercio de Huesca.

**Profesor:** Carlos Morales

### Información e inscripciones

Cámara Oficial de Comercio e Industria de Huesca.

Calle Santo Ángel de la Guarda, 7.

**Teléfono:** 974 21 88 99

**eMail:** [formacion@camarahuesca.com](mailto:formacion@camarahuesca.com)

Plazas limitadas, reserva la tuya en <http://www.camarahuesca.com/empresas/cursos/> REF 360

