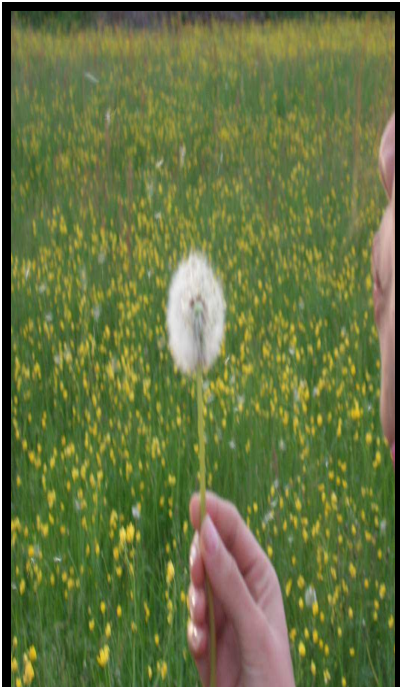




## **EXPERTO EN COACHING PERSONAL**

**Escuela de Inteligencia y Universidad Camilo  
José Cela**

***“El verdadero viaje del descubrimiento no  
consiste en buscar nuevos territorios sino en  
tener nuevos ojos” Marcel Proust***



Estamos educados para mirar hacia afuera objetos, personas, circunstancias y no hacia dentro de nosotros mismos. Nos sentimos incapaces de analizar lo que nos ocurre a nivel emocional y la mayoría de las veces las emociones guían nuestra toma de decisiones.

Por otro lado y como cada uno es un observador diferente del “territorio” en el que vive, lo que observamos está teñido de nuestras creencias, experiencias, valores, etc. “Interpretamos” lo que vemos de acuerdo a esos filtros, lo que significa, que no hay una única realidad. La misma “realidad” puede ser vista de mil maneras diferentes.

**El tomar conciencia de qué tipo de observador somos, allana el camino en el logro de los resultados que cada uno busca.**

### **¿Qué es el coaching?**

Un proceso dinámico e interactivo que consiste en apoyar a otro en el logro de sus METAS, y en el desarrollo de su propio potencial, aumentando su seguridad, responsabilidad y conciencia, con el propósito de generar nuevas posibilidades de acción efectivas.

## PROCESO DE COACHING



## **EXPERTO EN COACHING PERSONAL**

### **PRESENTACIÓN**

Técnicas de conocimiento, desarrollo y práctica para obtener habilidades para la práctica profesional del Coaching personal. El coaching será un recurso necesario durante el S. XXI para sobrevivir en una época de “Cambio Permanente”. Es básico para incrementar el bienestar personal y conseguir una armonía personal que conllevará a un buen rendimiento profesional. Por todo esto, la Universidad Camilo José Cella y Escuela de Inteligencia han querido contribuir a este desafío a través de Experto en Coaching. En él se traba y capacita competencias para el desarrollo personal y conseguir una armonía entre las distintas áreas de nuestra vida. Nos hace más conscientes de nuestras incompetencias y de aquello que debo cambiar para mejorar la calidad de mi vida, el entorno afectivo (familiar y amigos), laboral y salud.

### **OBJETIVOS Y METODOLOGÍA**

#### **OBJETIVOS**

1. Adquirir las competencias necesarias para el desarrollo y práctica profesional del Coaching.
2. Identificar fortalezas, debilidades y necesidades.
3. Modificar hábitos.
4. Definir objetivos y Plan de Acción.
5. Gestión del éxito.
6. Aprender a manejar las herramientas básicas del Coaching.
7. Programación Neurolingüística (PNL) aplicada al Coaching.
8. Aplicación de la Inteligencia Emocional al Coaching.
9. El Coaching como proceso de actualización de valores.
10. Aplicación de los conceptos de juegos y roles al Coaching.

#### **METODOLOGÍA**

Se caracteriza por ser eminentemente práctica y vivencial, buscando la participación personal para una más profunda asimilación. Primero el alumno experimenta personalmente las dinámicas, para poder después adquirir la formación necesaria y aplicarlas en su contexto laboral. Sólo después de la propia vivencia es posible una visión holística e integral de la aplicación de estas técnicas.

El curso se divide en FORMACIÓN BÁSICA, FORMACIÓN PRÁCTICA, TUTORÍAS Y PRACTICUM.

La FORMACIÓN BÁSICA se imparte a través de la realización por parte del alumno de ejercicios relacionados con la materia y dirigidos por el docente, y de su participación en dinámicas personales y/o grupales.

La FORMACIÓN PRÁCTICA consiste en la ejecución personalizada de prácticas supervisadas en el aula por el facilitador.

**TUTORÍAS:** A cada alumno se le asignará un tutor desde el inicio del curso, que velará por la unidad y buena asimilación de los contenidos y, sobre todo, de la práctica. Existe la posibilidad de realizar prácticas de forma puntual, tanto en el ámbito particular como en distintas empresas. Cada tutor determinará qué prácticas se adecuan mejor al perfil del alumno. El alumno recibirá entre 5 y 10 horas de tutorías.

**PRACTICUM:** El alumno deberá realizar una sinopsis de sus experiencias prácticas y dar una visión personal del proceso de PNL. Deberá presentarla por escrito y mediante una presentación oral a los miembros del claustro de evaluación.

Algunas de las técnicas pedagógicas utilizadas en el curso son:

- Clases presenciales interactivas
- Ejercicios de dinamización grupal
- Casos prácticos individuales y en grupo
- Ensayo conductual (role – playing)
- Cuadernos de trabajo
- Seguimiento individualizado
- Prácticas reales

### **EVALUACIÓN DE ALUMNOS**

Se otorgará título o certificado a aquellos alumnos que dispongan de al menos un 80% de asistencias. La calificación definitiva se realizará con base en:

- La evaluación continua durante todo el curso, realizada por el tutor y expresada en un informe individual.
- La calificación que realice un tribunal (constituido por miembros del claustro) sobre el practicum realizado y presentado.

### **PROGRAMA**

#### **COACHING PERSONAL**

#### **Inteligencia Emocional (nivel I): Tomar conciencia y Responsabilidad**

- Reconocimiento y Autorregulación de las emociones
- Ser más efectivos y responsables
- Automotivación
- Fomento de la autoestima

#### **Bases del Coaching**

- Definiciones de Coaching
- Diferencia de Coaching con otras prácticas (Consultoría, Psicología, etc.)
- ¿Una herramienta nueva?
- La figura del Coach
- La figura del Coachee

- La sesión de Coaching
- Coaching personal y Coaching ejecutivo
- Relación entre Liderazgo y Coaching

### **Relación de Ayuda**

- Concepto de Ayuda
- Recursos de la Ayuda
- Objetivo de la Relación de Ayuda
- Competencia relacional
- Respuesta espontánea
- Estilos de Relación de Ayuda
- Actitudes para la Relación de Ayuda
- Empatía/Fases de la Empatía/Ejercicio/Caso
- Dimensiones de la persona
- Aceptación Incondicional
- Autenticidad o Congruencia/Autorrevelación
- Habilidades o destrezas para la Relación de Ayuda
- Iniciación a la acción

### **Herramientas y procesos de coaching**

- Programación neurolingüística para el desarrollo personal y profesional
- Sistemas de representación
- Metamodelo del lenguaje
- Patrones de comportamiento
- Modelos de cambio
- Anclajes
- Reencuadres
- Niveles neurológicos
- Aplicación de modelos y técnicas de PNL
- Desarrollo de hábitos para ser más efectivo
- Lenguaje ontológico

### **Lenguaje No Verbal**

- Obtención de información mediante la identificación de pautas del Lenguaje No Verbal
- Gestos con la Cabeza
- Microgestos
- El Cuerpo
- Las Extremidades
- Macrogestos

### **Práctica de lenguaje No Verbal**

- Palabras no verbales
- Oraciones no verbales

## **Inteligencia Emocional (nivel II): Reconocer mis limitaciones y superar mis límites**

- Enfrentarse al cambio y a su resistencia
- Reconocer mis juegos y máscaras
- Identificación de mis conductas que me limitan
- El miedo, superar barreras que me limitan
- Toma de decisiones
- Deseos Vs. Necesidades

### **Preparación del Coach**

- Cualidades y Competencias del Coach. Ejercicio de autoanálisis.
- Formación y Experiencia empresarial.
- Valores y Creencias del Coach.

### **Motivando a las personas para el cambio**

- Resistencias al Cambio y Análisis del Conflicto.
- Cómo hacer preguntas.
- Dar y recibir feedback. Prácticas de coaching.

### **Percepción y comunicación**

- Las primeras impresiones: Cómo se forman y su importancia.
- Actitudes que bloquean la Comunicación.
- Ejercicios prácticos de Percepción y Comunicación.

## **PROFESORADO**

### **Co – directores:**

**Javier Mañero Moreno:** Director de la Escuela de Inteligencia. Licenciado en Empresariales (UCM). Cursos de Psicología Aplicada. Practitioner, Master en Inteligencia Emocional, Coaching y PNL. Coach. Más de treinta años de experiencia como docente. Director del programa del Master de PNL por la UCJC. Gerente en la formación de competencias emocionales en la empresa.

Dirección de Postgrados de la UCJC.

### **Coordinador:**

**Francisco Yuste Pausa:** Diplomado en Empresariales (UCM). Master en RR. HH (Cámara de Comercio). Coach y Consultor. Master en Inteligencia Emocional, Coaching y PNL. Coach. Veinticinco años de experiencia profesional y docente. Director del programa Master en Coaching por la UCJC. Senior en la formación de competencias emocionales en el mundo de la empresa.

### **Directora de estudios:**

**Carolina Soba Molero:** Licenciada Psicología (UAM). Master en Psicoterapia Cognitiva – Conductual (Grupo Luria). Practitioner PNL. Psicoterapeuta. Profesora de psicología. (Nº de colegiado M – 14.665, COPM). Master de Inteligencia Emocional por la UCJC. Directora del programa Master en IE. Además es consultora senior de Inteligencia Emocional para el Comité Olímpico Español. Ocho años de experiencia terapéutica y docente.

**Claustro docente:**

Equipo multidisciplinar compuesto por: empresarios, economistas, psicólogos, sociólogos, abogados y consultores. Todo el personal está especializado en el área de Coaching, Programación Neurolingüística e Inteligencia Emocional, con años de experiencia en el área de formación, coaching y en línea profesional y ejecutiva de empresas.

**Javier Mañero Moreno:** Director de la Escuela de Inteligencia. Licenciado en Empresariales (UCM). Cursos de Psicología Aplicada. Practitioner, Master en Inteligencia Emocional, Coaching y PNL. Coach. Más de treinta años de experiencia como docente. Director del programa del Master de PNL por la UCJC. Gerente en la formación de competencias emocionales en la empresa.

**Francisco Yuste Pausa:** Diplomado en Empresariales (UCM). Master en RR. HH (Cámara de Comercio). Coach y Consultor. Master en Inteligencia Emocional, Coaching y PNL. Coach. Veinticinco años de experiencia profesional y docente. Director del programa Master en Coaching por la UCJC. Senior en la formación de competencias emocionales en el mundo de la empresa.

**Carolina Soba Molero:** Licenciada Psicología (UAM). Master en Psicoterapia Cognitiva – Conductual (Grupo Luria). Practitioner PNL. Psicoterapeuta. Profesora de psicología. (Nº de colegiado M – 14.665, COPM). Master de Inteligencia Emocional por la UCJC. Directora del programa Master en IE. Además es consultora senior de Inteligencia Emocional para el Comité Olímpico Español. Ocho años de experiencia terapéutica y docente.

**Virginia Gonzalo Rivas:** Licenciada en Psicopedagogía por la UNED. Master Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Practitioner en PNL. Coach profesional (Olacoach). Consultora de formación en Escuela de Inteligencia. Coach ejecutiva.

**Manuel López Moreno:** Licenciado en Empresariales por UNED. Auditor de cuentas. Practitioner PNL. Coach y Consultor. Treinta años de experiencia profesional y docente.

**Celso Zurrón Rubio:** Licenciado en Derecho por la UAH. Cursando estudios en Antropología Social por la UNED. Master en Inteligencia Emocional por la UCJC. Formador y Consultor.

**Rossmi Galán:** Licenciado en Ciencias Económicas y Filología Inglesa por la Universidad de Cambridge. Master de PNL (Universidad de Santa Mónica). Especialista en Inteligencia Emocional por la UCJC. Experto en Coaching por la UCJC. Formador y Consultor desde 2004.

**Belén Jiménez Ramírez:** Licenciada en Psicología por la UNED. Especialista Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Psicoterapeuta y consultora de formación en Escuela de Inteligencia. Coach ejecutiva.



## **ADMISIÓN**

### **DESTINATARIOS**

Varios son los grupos objetivos a los que va dirigido el presente cursos:

- Profesionales dedicados a cualquiera de las profesiones de ayuda (psicoanalistas, terapeutas, etc.)
- Coaches en Activo.
- Directivos que tengan equipos de trabajo a su cargo.
- Postgraduados y estudiantes universitarios de últimos curso, cuya formación u orientación profesional vaya encaminada inicialmente al desempeño profesional de los grupos de arriba indicados.

### **FORMACIÓN REQUERIDA**

- Título Universitario de Licenciatura o Ingeniería. Tienen un interés especial: Psicología, Pedagogía, Sociología, Psicopedagogía.
- Título de Diplomatura Universitaria. Tienen un interés especial: Magisterio, Educación Social, Trabajo Social, Terapia Ocupacional, Logopedia.
- Profesionales que acrediten una experiencia laboral suficiente, asimilable al nivel de las titulaciones exigidas.
- Coaches titulados por escuelas o instituciones de nivel acreditado.
- Estudiantes de último curso de los estudios citados para destinatarios.
- Título de Especialista en Inteligencia Emocional por la UCJC.

### **PROCESO DE ADMISIÓN**

El proceso de admisión consistirá en la recepción de carta de presentación redactada por el alumno, de currículum vital, además de una entrevista personal. La entrevista personal tendrá especial relevancia en los casos en los que los aspirantes no cumplan con los requisitos de titulación.

### **CALENDARIO**

**DURACIÓN:** 250 horas  
210 horas presenciales  
3 horas practicum  
10 horas de coaching

**CRÉDITOS:** 25 créditos

**HORARIOS:** 2 o 3 sesiones mensuales

**CALENDARIO EXPERTO EN COACHING PERSONAL. OCTUBRE  
2009. HUELVA  
OPCIÓN A: FIN DE SEMANA**

**HUELVA**

OCTUBRE							NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30						
DICIEMBRE							ENERO						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6					1	2	3
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31

- Viernes: 16 a 21.30 horas
- Sábados: 9 a 19.30 horas

## HONORARIOS

### EXPERTO EN COACHING PERSONAL

- **Al contado**                    **3.900 €**
- **Plazos**                        **4.100 €**
  
- Octubre                        **1.200 €**
- Noviembre                    **725 €**
- Diciembre                     **725 €**
- Enero                         **725 €**
- Febrero                       **725 €**

**\* NOTA: En la opción del pago al contado, si se realiza antes del 15 de agosto se aplicará un 20% de descuento y antes del día 20 de septiembre se aplicará un descuento del 10% sobre el importe.**

## FORMA DE PAGO

Es necesario como requisito de preinscripción a los Cursos, realizar quince días antes de su inicio, un **ingreso por Transferencia bancaria** en cualquiera de nuestras cuentas:

**ESCUELA DE INTELIGENCIA (Caja Madrid):**  
**2038- 2246- 42- 6000299497**

**Posteriormente realizar el envío a nuestro fax: 91 559 52 17 de este ingreso, haciendo constar en “OBSERVACIONES”: nombre, apellidos y curso**

\* **NOTA:** Se permite el pago con **Tarjeta de Crédito**

---

La información que usted nos ha facilitado, será incluida en nuestra base de datos. Usted tiene el derecho de acceder a ella, ampliarla, cancelarla o rectificarla si lo cree conveniente. Esta información nos permitirá mantener la relación con usted y mantenerle informado sobre los cursos/seminarios que impartimos. Si usted no desea formar parte de dicha base de datos, por favor, indíquenoslo por escrito señalando claramente su nombre, apellidos y dirección e inmediatamente procederemos a cancelarlos. (Ley orgánica 15/1999 de 13 de Diciembre)

## PARA CONTACTAR

**Teléfono: 902 15 17 43 -- 91 548 81 76**  
**info@escueladeinteligencia.com**  
**www.escueladeinteligencia.com**

**C/ Jacometrezo 15 4<sup>a</sup>**  
**Plta**  
**(Callao) 28013 MADRID**