

➤ **Modalidad:** Online

➤ **Duración:** 52 horas

➤ **Objetivos:**

- Conocer cuáles son los beneficios que aporta el coaching en las relaciones personales.
- Analizar el lenguaje que se debe emplear para que las relaciones personales sean positivas.
- Aprender a potenciar las fortalezas propias y las de los demás.
- Desarrollar la capacidad de liderazgo de equipos.
- Reflexionar sobre la comunicación, tanto verbal como no verbal, que se debe seguir para liderar un equipo.
- Concienciar de la importancia que tiene como líder, considerar los procesos psicológicos de las personas que forman parte del equipo.
- Reflexionar sobre las habilidades individuales y grupales de un equipo profesional con el fin de plantear objetivos de mejora.
- Conocer diferentes técnicas de gestión del tiempo para mejorar el rendimiento profesional.

➤ **Contenidos:**

**BLOQUE 1: Coaching, conceptos básicos**

**UNIDAD 1:** Qué es el coaching

**UNIDAD 2:** Fuentes y tipologías de coaching

**BLOQUE 2: Comunicación en el coaching**

**UNIDAD 1:** La importancia del lenguaje

**UNIDAD 2:** El lenguaje generativo

**UNIDAD 3:** Las preguntas poderosas

**BLOQUE 3: Procesos psicológicos implicados en el coaching**

**UNIDAD 1:** La motivación

**UNIDAD 2:** La autoestima

**UNIDAD 3:** La autoconfianza

**UNIDAD 4:** Responsabilidad y compromiso

**UNIDAD 5:** Las emociones

**UNIDAD 6:** El reencuadre

**UNIDAD 7:** El cambio

**UNIDAD 8:** Los impulsores

**BLOQUE 4: Herramientas de coaching ejecutivo**

**UNIDAD 1:** El liderazgo

**UNIDAD 2:** Competencias del líder-coach

**UNIDAD 3:** La escucha activa

**UNIDAD 4:** La asertividad

**UNIDAD 5:** Establecimiento de objetivos

**UNIDAD 6:** El modelo GROW

**UNIDAD 7:** Comunicación del líder-coach: cómo pedir y dar feedback a los colaboradores

**UNIDAD 8:** Gestión del tiempo

**UNIDAD 9:** Delegación

**UNIDAD 10:** Gestión de reuniones

**UNIDAD 11:** Trabajo en equipo

**UNIDAD 12:** Autocontrol

**UNIDAD 13:** La negociación