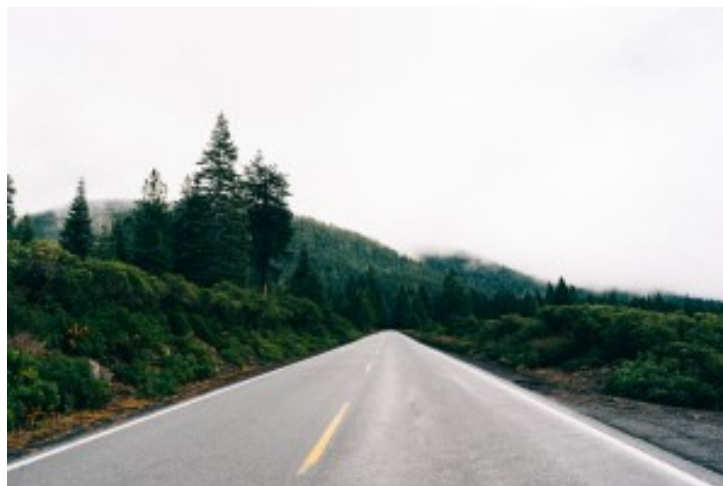


# CURSO SUPERIOR en COACHING PERSONAL



## VIRTUAL (PRESENCIAL ON-LINE)

### QUIENES SOMOS

La integración de la **Escuela IMP (Inteligencias Múltiples Profesionales)** en el **Grupo CDM** nos ha posibilitado crear este nuevo **CURSO SUPERIOR** en Coaching Personal VIRTUAL certificado por la **Universidad Rey Juan Carlos**.

Esta universidad facilita la titulación de este Curso que imparte el equipo docente de Inteligencias Múltiples Profesionales, con profesionales que han ejercido la enseñanza de la Inteligencia Emocional, el Coaching y la Programación Neurolingüística, compartiendo conocimientos y experiencias, y apoyando a distintas promociones de nuevos coaches, practitioners en Programación Neurolingüística y formadores en Inteligencia Emocional.

### PRESENTACIÓN

El Coaching es la suma de distintas técnicas de conocimiento, desarrollo y práctica que son necesarias para adquirir habilidades orientadas a su práctica profesional. El Coaching es un recurso necesario aplicado desde mediados del siglo XX como precursor del cambio. Nos proporciona armonía, bienestar personal y habilidades para el rendimiento general, tanto personal como profesional. Escuela IMP ha querido contribuir a este desafío a través de este **Curso Superior en Coaching Personal**. Aprenderemos a adquirir competencias, tomar conciencia de nuestros puntos de mejora, creencias limitadoras y conductas que realizamos en las distintas áreas de nuestra vida (familia, amigos, trabajo, estado físico y mental).

El Coaching se fundamenta en cuatro pilares básicos:

1. **Tomar conciencia** de quién soy y quién quiero ser.
2. **Gestionar cambios y definir de metas** a través de una metodología y un plan estratégico.
3. **Ser un coach con éxito** tanto en el ámbito personal como profesional.
4. **Crear mi propio negocio** de Coaching y mi marca **personal**.

## OBJETIVOS

- Conocer y utilizar las competencias necesarias para la práctica profesional del Coaching.
- Descubrir fortalezas, debilidades y necesidades.
- Modificar hábitos y gestionarlos adecuadamente.
- Definir objetivos y metas y realizar un Plan de Acción.
- Manejar las herramientas y técnicas básicas del Coaching.
- Conocer, gestionar y encauzar emociones y los sentimientos.
- Potenciar motivaciones, competencias, valores y principios para un Coaching de éxito.
- Realizar procesos de Coaching a nivel personal, así como practicar profesionalmente.
- Vivir del Coaching.

## DESTINATARIOS

Licenciados, Ingenieros o Diplomados. Interés especial: Psicología, Pedagogía, Sociología, Psicopedagogía, Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Magisterio, Educación Social, Trabajo Social, Terapia Ocupacional y Logopedia. (Graduados, postgraduados y estudiantes).  
Directivos y profesionales cuya labor se desarrolle a través de las relaciones humanas.  
Profesionales de medios de comunicación, recursos humanos, ámbito sanitario y social.  
Padres, docentes, directores de estudios, directores de colegio, etc.

## METODOLOGÍA

Práctica y vivencial. El alumno realiza todo tipo de prácticas y dinámicas relacionados con la materia y dirigidos por el docente, que le permiten conocer y experimentar cada una de las técnicas y herramientas que deberá poner en práctica para aplicarlas en sus clientes a nivel personal y aplicarlas en su entorno laboral y profesional

Se realizan procesos reales durante la última parte del curso. Bajo la supervisión de un tutor, el alumno tendrá que realizar distintos procesos de coaching y hará una bitácora con cada sesión.

Además el alumno cuenta con tutorías que le permiten exponer dudas, rehacer prácticas, y ser supervisado en cada momento durante las distintas prácticas que con el mismo realice.

El alumno realizará un cuaderno de prácticas y trabajos que entregará a claustro.

## TITULACIÓN

**Curso Superior** en Coaching Personal **VIRTUAL** certificado por la **Universidad Rey Juan Carlos**.

**Experto** en Coaching **Personal** por **Inteligencias Múltiples Profesionales**.

## PROGRAMA 100 horas 2 ECTS

**Clases Presenciales On-line.**

**60 horas:**

- Parte 1 **Despierta tus Emociones**
- Parte 2 **Coaching 1**
- Parte 3 **Centra tus Emociones**
- Parte 4 **Coaching 2**

**Prácticas y Supervisiones**

**40 horas**

## PARTE 1. Vive la Inteligencia Emocional 1: Despierta tus emociones

Parte eminentemente práctica y dinámica.

El programa detallado incluye:

- Autoconocimiento de las emociones y claves y estrategias para su adecuada canalización.
- El reconocimiento de las emociones, acceso al mundo propio.
- Feedback interno y externo. La honestidad.
- Claves específicas para la regulación victimismo, culpa y resentimiento.
- Gestión del cambio en el ámbito personal. La Actitud en el cambio.
- Papel de las creencias. Creencias limitadoras y/o potenciadoras.
- Resistencia al cambio: manifestaciones de la resistencia al cambio.
- Potenciación de las habilidades, recursos y motivación para la gestión del cambio.
- Capacidad de empatía.

## PARTE 2. Coaching I

### A. Bases del Coaching

**A.1.** ¿Que son el Coaching, la Inteligencia Emocional y la PNL?

- ¿Qué es el Coaching? ¿Qué es la Inteligencia Emocional? ¿Qué es la PNL?
- El Coaching actual y el desarrollo futuro
- Tipos de Coaching
- Competencias del Coaching según la ICF
- La figura del Coach y del Coachee. Relación Coaching - Coachee
- Competencias y habilidades del Coach: escucha activa, rapport, preguntas poderosas

### B. Toma de Conciencia

**B.1.** ¿Dónde estoy?

- Tomar conciencia de mi situación personal
- Desarrollar la agudeza sensorial
- Ejercicios de reflexión de mi estado actual
- Desarrollo de hábitos y acciones positivas

**B.2.** ¿Qué conductas realizo?

- Clarificar lo que es importante para mí
- ¿Dónde quiero estar (1, 5, 10 y 15 años)?
- Ejercicios de automotivación
- Tomar conciencia de Misión, Visión y Propósito

### B.3. ¿Quién soy?

- Reconocer las creencias limitadoras y fortalecerlas en potenciadoras
- Descubrir debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades
- Descubrir mis valores y potenciar otros valores

## C. Metodología

### C.1. Metodología del proceso.

- Modelo GROW
- Modelo SMARTER, Modelo PURE, Modelo CLEAR
- Alineación de Objetivos con niveles lógicos
- Definición de Metas y Metas intermedias
- Definición de Opciones
- Definición del Plan de Acción

### C.2. Sesiones

- Que hacer en cada una de ellas, objetivos

### C.3. Preguntas

- Las preguntas como estrategia de Coaching. Quien pregunta, dirige.

## D. Gestión del cambio

### D.1. Gestión del cambio

- Estrategias para un cambio y un hábito positivo. Plan de Acción
- Resolución de problemas
- Proceso de pérdida o duelo

### D.2. Valores, Principios,

- Plan Estratégico.
- Rueda de la vida

### D.3. Afirmaciones, visualizaciones, visión, misión y propósito

## PARTE 3. Vive la Inteligencia Emocional 3: Centra tus Emociones.

Eminentemente práctico y dinámico. Cualquier desarrollo personal conlleva un cambio y, cuando este es profundo, se hace necesaria la búsqueda de un equilibrio, de una paz interior que nos lleve a un mayor bienestar a nivel personal y laboral.

En el programa cabe destacar:

- Tomar conciencia de apegos que alejan de satisfacer las necesidades del alumno.
- Proceso de superación de comparaciones, quejas, juicios, críticas, condenas y sentimientos tóxicos que limitan un equilibrio, confianza y neutralidad escolar.
- Estrategias para incrementar la confianza a través de la toma de conciencia con las creencias limitadoras, valores e identidad en el alumnado.

Proporciona herramientas para liberarse del de apego mental y emocional a cosas y a personas, para tener una vida equilibrada, confiada, neutral con plenitud y en paz con nosotros mismos, para acercarnos cada vez más a experimentar la paz interior.

## PARTE 4. Coaching II

### E. Relación de Ayuda

- E.1. Bases sólidas de un proceso de Coaching: Relación de Ayuda.
- E.2. Proceso Emocional Básico.

### F. Comunicación. PNL

Comunicación efectiva. Estrategias para empatizar y lectura del lenguaje no verbal.

- Comunicación eficaz en el proceso de Coaching
- Sistema Representacional
- Calibración, Rapport, Anclajes
- Lenguaje no verbal, gestos, microgestos
- Feedback

### G. Motivación y Talento

#### G.1. Motivación

- ¿Cómo gestionar las emociones, sentimientos y conductas del coachee?
- ¿Cómo potenciar la autoestima, comunicación y alcanzar sus necesidades?

#### G.2. Talento

- ¿Cómo desarrollar el talento del coachee a través de principios, valores y competencias?

#### G.3. P.A.N.

#### G.4. Gestión de tiempo, Hábitos

- ¿Cómo gestionar el tiempo del coachee?

### H. Marketing y Marca

- H.1. Marketing del coach y marca personal.

## PARTE 5. Prácticas y Supervisiones

- 5.1. 1 sesión de coaching individual con un Coach Profesional.
- 5.2. Trabajo personal: Tareas, Lectura de libros, Visionado de películas y videos.
- 5.3. Sesiones de coaching a realizar por el alumno con clientes reales. Tutorías  
El alumno contará con el seguimiento de un mentor asignado individualmente.

## EVALUACIÓN DEL ALUMNO

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 libros, vídeos, tareas de los módulos, prácticas con TRES personas y proyecto.

## PROCESO DE ADMISIÓN

- Fotocopia del DNI o pasaporte.
- Título acreditativo de estudios realizados. CV y entrevista personal en los casos en los que los aspirantes no cumplan con los requisitos de titulación.
- **FORMALIZACIÓN DE LA MATRICULA CORRESPONDIENTE.**

## IMPARTICIÓN PRESENCIAL ON LINE - VIRTUAL

El acceso a través de la plataforma conecta a formador y alumnos en directo, con webcam, audio, micrófono y chat, ofreciendo un aprendizaje vivo, dinámico y un grupo bien conectado y cohesionado.

## PROFESORADO Rosana Calvo Cruza

Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid. Máster en Psicología Clínica en CINTECO. Máster en Inteligencia emocional por UCJC, Practitioner en PNL por la UCJC y Experto en Coaching por la Escuela de Inteligencia. Coach y formadora. Psicóloga clínica, tanto en el ámbito público, como en el privado desde 2005, atendiendo a diferentes colectivos, entre ellos discapacidad, infancia, drogodependencias y enfermedad mental.

## Margarita Rodríguez Lucas

Licenciada en Filosofía por la UCM. Doctorado en psicología UCM. Máster en Inteligencia Emocional por UCJC. Diploma en Habilidades Profesionales y Directivas de la UCJC. Amplia experiencia en el ámbito de la educación y la formación: Investigación y documentación educativa en el ME.

Responsable de Intervención en Inteligencia Emocional en niños y jóvenes víctimas de terrorismo en el Programa Campus de Paz.

## Eduardo Gugel Gironés

Practitioner en PNL y Experto en Coaching por la UCJC. Formador en CDM Formación. Formador en la Escuela de Inteligencia de distintos cursos de PNL y Coaching. Formador en Coaching en la Cámara Oficial de Comercio, de Granada. Ponente en la Universidad Politécnica de Madrid. Coach personal, ejecutivo y educativo. Ponente en el curso de Experto en Inteligencias Múltiples de la Florida Universitaria de Valencia, Asociación Pedagógica Francesco Tonucci.

## Lucas Gabriel Rosa

Licenciado en Administración y dirección de Empresas por la Universidad de Barcelona. Master en Coaching Educativo por Escuela IMP y la Universidad Rey Juan Carlos, Experto en Coaching Personal por escuela IMP y Universidad Rey Juan Carlos y Experto en Inteligencia Emocional por la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid. y Escuela IMP. Autor del libro "*Si buscabas una señal es esta, ahora*" y facilitador del entrenamiento emocional "*El Cielo es el Límite*". Entrenamiento emocional en el que se facilitan herramientas de coaching, inteligencia emocional y programación neurolingüística. Además estudió Ofimática Avanzada, Posicionamiento Web SEO y Diseño de páginas webs en Wordpress

## PRECIO DEL CURSO VIRTUAL

<b>Al contado:</b>	<b>1.200 €</b>
<b>A plazos:</b>	<b>1.400 €</b>

\* Las Tasas de la Universidad están incluidas en el precio.

**FORMACIÓN SUJETA A BONIFICACIÓN  
DE LA FUNDACIÓN TRIPARTITA.  
CONSULTAR CONDICIONES.**



**Fundación Estatal**  
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO

## FORMA DE PAGO

1. Domiciliación al formalizar la matrícula, en su Banco o Caja designado por usted.
2. Ingreso o transferencia a la cuenta de **CENTRO DE FORMACIÓN MOSTOLES**  
**BANKIA: ES12 2038 7032 0460 0006 1254**  
Haciendo constar el **Nombre** del alumno y **curso** elegido  
Una vez realizado el ingreso o transferencia, notificar por mail a [info@escuelaimp.com](mailto:info@escuelaimp.com)

## HORARIOS y CALENDARIO

### ENTRE SEMANA o FIN DE SEMANA

Adaptamos los horarios a la disponibilidad de los alumnos en sesiones de  
mañana o tarde

**LAS FECHAS PUEDEN CONSULTARSE EN LA WEB / CALENDARIOS**

<http://escuelaimp.com/calendario/>

### PROTECCIÓN DE DATOS:

De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos Personales y a través de la cumplimentación del presente formulario, Vd. presta su consentimiento para el tratamiento de sus datos personales facilitados, que serán incorporados a un fichero, titularidad de CENTRO DE FORMACION MOSTOLES, S.L., cuya finalidad es prestarle nuestros servicios de formación, así como el envío de información de ofertas y actividades del centro.

Podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en cualquier momento, mediante escrito, acompañado de copia de documento oficial que le identifique a CENTRO DE FORMACIÓN MÓSTOLES S.L. con domicilio en Av. de Portugal, 10. 28931 Móstoles – MADRID. O [info@escuelaimp.com](mailto:info@escuelaimp.com) - [info@cdmformacion.com](mailto:info@cdmformacion.com)