

## **CERTIFICACIÓN EN COACHING ACREDITADA POR ASESCO**

### **➤ CURSO DE HABILIDADES DEL COACH NIVEL I:**

**Edición III en Madrid: 29 y 30 de mayo de 2010**

**Edición IV en Madrid: 9 y 10 de julio de 2010**

**Edición V en Madrid: 4 y 5 de agosto de 2010**

### **➤ CERTIFICACIÓN EN COACHING, NIVEL EXPERTO. NIVEL II:**

**Edición II en Madrid: Del 6 al 15 de agosto de 2010**



## **1. PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA FORMATIVO**

Ofrecemos la formación completa en Coaching **acreditada por la Asociación Española de Coaching (ASESCO)** a través de **Viccal Coaching**.

Nos avala la alta cualificación obtenida de nuestros alumnos en las evaluaciones realizadas tras las distintas ediciones de la Certificación, así como la calidad de los formadores colaboradores que año tras año, son invitados a la formación enriqueciendo de este modo el programa con sus experiencias y visiones particulares.

La Certificación en Coaching de **Viccal Coaching** e **INTEcoach®** se caracteriza, por una parte, por ser un programa altamente riguroso, pues respetamos al máximo las premisas que marca la Asociación Española de Coaching para la formación de esta índole, y por otra parte, por el alto grado de innovación que ofrecemos. En la actualidad, incluimos módulos específicos como el Coaching positivo, el Marketing personal, herramientas de PNL y Psicología Cognitivo-Conductual para coachees, etc. contribuyendo, de este modo, a la formación integral y de excelencia de nuestros alumnos.

El **carácter general** de nuestra formación posibilita que, hasta la fecha, se hayan certificado con nosotros, directivos que buscan implementar sus competencias como líderes, con las herramientas del Coaching, entrenadores deportivos que buscan nuevas herramientas en su día a día, personas que quieren hacer del Coaching su profesión y hombres y mujeres que buscan un proceso de trabajo interior de mejora y desarrollo.

Esta formación está dividida en **dos niveles**.

- **Nivel I.** Este primer nivel de **Habilidades del Coach** sirve para introducirse en aspectos primordiales, creando una sólida base sobre la que edificar el posterior aprendizaje a un nivel de mayor profundidad y complejidad. Se abordan temas como: qué es el Coaching, qué lo diferencia de otras herramientas, las cualidades que debe poseer un buen coach, las herramientas que utilizamos profesionalmente en el

Coaching, la metodología básica en las sesiones de Coaching, y realizamos una primera sesión real de Coaching donde poder aplicar lo aprendido.

- **Nivel II.** Tras haber realizado el Nivel I y el Nivel II se obtiene la **Certificación en Coaching.** Se trata de una formación completa en Coaching en la que afrontamos de forma profunda los aspectos esenciales para poder desarrollarse con solvencia en la profesión del Coaching en sus diferentes vertientes (personal, ejecutivo/empresarial, deportivo...)

En aras de una mayor calidad formativa, el número de asistentes a nuestros programas será siempre reducido.

## ***2. OBJETIVOS DEL PROGRAMA***

### **Objetivos del Programa del Nivel I:**

- Realizar una primera toma de contacto con el Coaching, pudiendo así tomar la decisión de implicarse en formaciones de Nivel superior.
- Manejar las herramientas internas que se utilizan profesionalmente en el ejercicio del Coaching.
- Aprender algunas de las herramientas externas para aplicaciones posteriores.
- Conocer los tipos de Coaching existentes en la actualidad y la aplicabilidad real de los mismos.
- Conocer qué cualidades debe tener o aprender un coach para alcanzar la excelencia
- Realizar una primera toma de contacto con la Inteligencia Emocional del coach y el Coaching positivo.
- Aprender el método CRA e introducción a otros métodos.
- Aprender desde la vivencia de los ejercicios realizando una **primera sesión de Coaching.**



## Objetivos del Programa del Nivel II:

La **Certificación en Coaching de Viccal Coaching e INTEcoach®** aporta los conocimientos y habilidades necesarios para ser un profesional cualificado dentro de esta disciplina. Por esta razón, se proponen como objetivos fundamentales de este Programa:

- Manejar adecuadamente las herramientas, sistemas y procesos de trabajo del Coaching, ampliando las mismas con poderosas técnicas de PNL, Psicología Positiva y Psicología Cognitivo-Conductual.
- Aprender a superar las limitaciones propias, cambiando la percepción de sí mismo y de los demás.
- Desarrollarse profesionalmente como coach personal, empresarial o ejecutivo, deportivo, etc.
- Aprender cómo contactar con los clientes y afrontar las primeras sesiones.
- Diseñar planes de entrenamiento personalizados. Aprender autocoaching.
- Dominar la definición y formulación de objetivos y metas, así como el proceso de consecución de los mismos.
- Transformar las dificultades en oportunidades. Aprender a auto-motivarse y a motivar.
- Aprender a gestionar el tiempo, incrementando así la productividad personal y/o empresarial.
- Mejorar las habilidades sociales y rediseñar la forma de relacionarse con los demás a través de la Inteligencia Emocional y Social.



### **3. ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?**

Va dirigido a todas las personas que quieran dedicarse a la práctica del Coaching de forma profesional, adecuada y con una base muy sólida, tanto si se quiere desarrollar profesionalmente como coach independiente, coach externo o interno en una empresa o entidad social, Life Coaching o Coaching personal, Coaching deportivo y resto de especialidades y adquiriendo además herramientas de la PNL, de la Psicología Positiva y de la Psicología Cognitivo-Conductual para dicho ejercicio profesional.

Dirigido también a aquellas personas que quieran adentrarse en un proyecto de crecimiento personal o profesional, que sientan que pueden dar más de sí mismas, superando limitaciones o potenciando aptitudes y actitudes.

### **4. DIRECTORES DEL PROGRAMA Y FORMADORES**



#### **Vicente Calatayud**

**Socio Director del Instituto Integral de Coaching y Desarrollo Personal  
INTEcoach. Coach Profesional y Formador**

- Coach Asociado Certificado nº 10.101 por ADESCO
- Licenciado en Derecho por la Universidad de Valencia
- Formación superior complementaria en Dirección de personal y RRHH; y en Gestión del Factor Humano en las Organizaciones
- Experto en Habilidades Directivas
- Máster Profesional en Coaching
- Facilitador Directivo-Coach
- Máster Coach con PNL
- Titulación oficial como Formador Ocupacional
- Director de Viccal Coaching





## Silvia Adriasola

**Socia Directora del Instituto Integral de Coaching y Desarrollo Personal INTEcoach. Coach Profesional y Formadora**

- Coach Asociada Certificada nº 10.123 por ADESCO
- Directora de “Consultoría de Emprendimientos y Ayuda Social, marketing social”
- Coach – Formadora de “SILVIA ADRIASOLA, Personal & Executive Coaching”
- Diplomada en Psicología
- Máster Profesional en Coaching
- Formación especializada en Psicología Positiva
- Formación especializada en Coaching Positivo
- Miembro de International Positive Psychology Association (IPPA)
- Mentoring en Coaching para mujeres



## Ángeles Beriso

**Delegada en Madrid del Instituto Integral de Coaching y Desarrollo Personal INTEcoach. Coach Profesional y Formadora Coordinadora del Curso**

- Coach Empresarial y Ejecutivo
- Psicóloga Clínica
- Máster en Intervención en la Ansiedad y en el Estrés
- Máster en Terapia Cognitivo-Conductual-Social
- Treinta años de experiencia en consulta privada
- Profesora invitada del Centro de Psicología Bertrand Russell de Madrid
- Ponente en Congresos y Jornadas Profesionales sobre Emociones y Bienestar e Intervención Psicológica
- Miembro del Grupo de Trabajo, Psicología y Coaching del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid
- Miembro de la Comisión de Inteligencia Emocional de la SEAS, Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés
- Co-autora de “Cuadernos de Psicoterapia. Una orientación pedagógica e integradora. 1. Estrategias cognitivas para sentirse bien”

## **5. METODOLOGÍA**

- Método experiencial,
- Sesiones interactivas
- Exposición de casos reales,
- Método role-playing,
- Tutorías,

## **6. CONTENIDO DEL PROGRAMA**

### **NIVEL I: CURSO DE HABILIDADES DEL COACH**

Curso de Habilidades del Coach: Nivel I del Programa Formativo completo acreditado por ADESCO. En este nivel se estudia:

#### **1. AFIRMACIONES PREVIAS Y CONCEPTO**

- Breve introducción y toma de contacto con los conceptos, terminología, filosofía y fundamentación del Coaching.
- Toma de consciencia del Estado Presente
- Mapa y Territorio

#### **2. ELEMENTOS Y CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DEL COACHING**

- El Coaching debe contar con unos elementos necesarios para que sea considerado como tal: valores, resultados, disciplina y entrenamiento
- Debe reunir una serie de características: concreción, interacción, responsabilidad compartida, forma específica y respeto.

#### **3. MODALIDADES DE COACHING**

- Podemos diferenciar distintas modalidades de Coaching atendiendo, bien al objetivo a trabajar, bien al origen del propio Coaching utilizado.

#### **4. APLICACIÓN DEL COACHING**

- ¿Quién, cuándo y con quién se puede aplicar el Coaching?.



## 5. BENEFICIOS DEL COACHING

- Beneficios en las personas
- Beneficios en las organizaciones

## 6. “LO QUE NO ES COACHING”

- Diferencias del Coaching con otras disciplinas como: consultoría, formación, mentoring, terapia, etc.

## 7. PERFIL Y CUALIDADES DE UN COACH EXCELENTE

- La figura del coach
- Rol y características del coach
- Funciones
- Conducta y cualidades.
- Prohibiciones
- Práctica del autoconocimiento en este área y plan de mejora

## 8. INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Concepto.
- Evolución
- Principios fundamentales
- Práctica, autoconocimiento y plan de mejora

## 9. LAS SESIONES DE COACHING

- Estructura de las sesiones
- Funcionamiento: cuánto duran, cuánto cuestan, etc.
- Aprender a establecer objetivos validos
- Claves del éxito
- Plan de acciones personales de mejora

## 10. HERRAMIENTAS DEL COACHING PROFESIONAL

- Escucha Activa y Comunicación
- Preguntas poderosas
- Rapport
- Intuición
- Feed-Back
- Ejercicios prácticos de cada herramienta



## 11. METODOLOGÍA PRÁCTICA PARA REALIZAR PROCESOS DE COACHING

- C.R.A. e I.D.C.O.R
- Realización de **sesión práctica**

### *NIVEL II: CERTIFICACIÓN EN COACHING*

#### 1. COACHING PERSONAL, LIFE COACHING Y AUTOCOACHING. VALORES Y CREENCIAS

- Tipos de valores y creencias.
- Herramienta para la superación de creencias limitadoras
- Ventana de Johari y roles de personalidad en los grupos
- Superación de problemas sociales. Herramienta del Metamodelo
- Alineación de Valores
- Ejercicios prácticos

#### 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Qué es la inteligencia emocional (I.E.)
- Área interna de la I.E.
- La motivación y la automotivación.
- Área externa. Inteligencia Social.
- Las emociones.
- I.E. aplicada al coach y por el coach en el ejercicio profesional.
- Cómo trabajar los miedos
- Ejercicios prácticos

#### 3. COACHING POSITIVO

- Desarrollo de esta nueva modalidad de Coaching nacida de la Psicología Positiva
- Principios de la Psicología Positiva
- Creatividad-Resiliencia-Flow-Felicidad
- Entrenamiento del Optimismo Inteligente
- Plan de acción del Coaching positivo



#### 4. MÉTODOS DE TRABAJO Y HERRAMIENTAS PROFESIONALES

- Método básico C.R.A
- Método I.D.C.O.R
- Plan de acción personal
- Formulación correcta de objetivos.
- Uso de Cuentos y Metáforas en el ejercicio del Coaching
- Utilización del Role Playing
- Inicios del coach profesional. Ganar contra miedo a perder, filosofía del nuevo coach

#### 5. TÉCNICAS Y HERRAMIENTAS DE LA PNL APLICADAS AL COACHING

- Qué es la PNL
- Metamodelo del lenguaje y aplicabilidad al establecimiento de
- objetivos en el Coaching
- Desafiar el lenguaje del coachee/cliente
- Técnicas para la resolución de problemas
- Transformar fracasos en oportunidades
- Plan estratégico para la búsqueda de la excelencia
- Análisis de la efectividad
- Solución de conflictos en las relaciones
- Alineación de valores
- Integración de creencias en conflicto
- Estructura de preguntas para un proceso de coaching

#### 6. EL MODELO DE LA PSICOLOGÍA COGNITIVO-CONDUCTUAL APLICADO AL COACHING

- Identificación de pensamientos automáticos, creencias intermedias e ideas centrales del coachee/cliente
- Aprendiendo a diferenciar pensamientos razonables y no razonables
- Distorsiones de la percepción de la realidad más comunes
- Ideas irracionales más frecuentes
- Lista de ideas centrales o nucleares negativas más comunes
- Estrategias cognitivas para modificar pensamientos y creencias
  - a) Proceso de debate de pensamientos o reestructuración cognitiva
  - b) Autoinstrucciones del coachee/cliente
  - c) Técnica de las tres columnas



## 7. COACHING EMPRESARIAL Y EJECUTIVO

- Qué es el Coaching empresarial y aplicación práctica del mismo
- Competencias para Coaching gerencial
- Coaching en las organizaciones
- Diferencias entre coach y gerente-directivo
- Correcto establecimiento de objetivos
- Alineación de valores en la empresa
- Gestión del tiempo.
- Herramientas prácticas de aplicación en la empresa con directivos y mandos intermedios
- Aprendizaje vivencial de competencias directivas estratégicas de aplicabilidad profesional posterior.
- ¿Cómo empezar un proceso de Coaching en la empresa?

## 8. REACCIONES EMOCIONALES DISFUNCIONALES EN LAS PERSONAS Y EN LAS ORGANIZACIONES: EL ESTRÉS

- El estrés del coachee/cliente
- Situaciones estresantes
- Estrés laboral
- El afrontamiento del estrés
- Recursos del coachee/cliente
- Estrategias concretas para afrontar el estrés

## 9. I.E. EN LA EMPRESA

- Competencias emocionales
- Importancia del grupo
- Liderazgo
- Empatía
- Comunicación en la empresa
- Gestión de las emociones
- El estado de ánimo
- Adaptabilidad al cambio
- Toma de decisiones
- Autoconfianza y sentimientos positivos
- Competencias de la inteligencia emocional y rendimiento
- Ventajas de utilizar la IE en la empresa



## 10. MARKETING PARA COACHES

- Qué hacer al acabar la formación
- Como crearse una marca personal
- De lo virtual a lo real en las marcas y en la vida
- Cómo ser tu propia marca
- Ejemplo de cómo se construye una marca y sus valores.
- Qué hace que los grupos funcionen
- Cuando se producen las grandes ideas
- Cómo puede una persona o una empresa ser más creativa
- Características de una persona creativa
- Técnicas de Creatividad
- Ejemplos reales

El temario puede sufrir variaciones en beneficio de la calidad del mismo.

## 7. INFORMACIÓN GENERAL

### FECHAS HORARIO Y LUGAR DE REALIZACIÓN

**Nivel I.** Hay tres opciones:

- 29 y 30 de mayo de 2010 (S 9.30h-14h y D 9.30-14h) Centro Psólogo  
C/ Santa Engracia 144, Bajo B, 28003 (Madrid)
- 9 y 10 de julio de 2010 (V 16h-20.30h y S 9.30-14h y 16-20h) Hotel  
Eurostars Zarzuela Park\*\*\*\* C/ Darío Aparicio, 32. Aravaca. 28023  
(Madrid)
- 4 y 5 de agosto de 2010 (ambos días de 9.30-20h con descanso para  
almorzar) Hotel Eurostars Zarzuela Park\*\*\*\* C/ Darío Aparicio, 32.  
Aravaca. 28023 (Madrid)

**Nivel II:**

- Del 6 al 15 de agosto de 2010 (todos los días de 9.30h-20h con  
descanso para almorzar) Hotel Eurostars Zarzuela Park\*\*\*\* C/ Darío  
Aparicio, 32. Aravaca. 28023 (Madrid)



## DURACIÓN DEL PROGRAMA

El Programa del **Nivel I** tiene una duración valorada en **40 horas** y la formación completa del **Nivel I y II** en **220 horas**, integradas por clases presenciales más ejercicios y prácticas de evaluación

## DIPLOMA

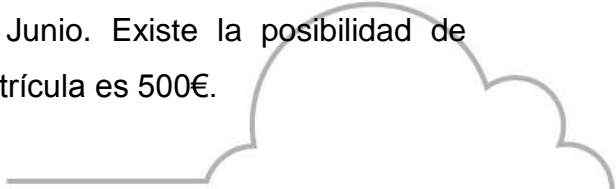
**Nivel I.** Los participantes de este programa deberán asistir a todas las horas y superar las prácticas. Aquellos alumnos que cumplan con estas condiciones recibirán el Diploma acreditativo de este Nivel I por **Viccal Coaching** e **INTEcoach®**.

**Nivel II.** Los participantes de este programa tendrán que asistir como mínimo al 80% del Programa de Formación en Coaching y superar las prácticas. Aquellos alumnos que cumplan con estas condiciones recibirán el Diploma acreditativo del Nivel II por **Viccal Coaching** e **INTEcoach®**. La obtención del mismo posibilita la inscripción y pertenencia a la Asociación Española de Coaching (ASESCO).

## **8. INVERSIÓN**

**Nivel I.** El precio total del presente programa es de 490€. No obstante como acción promocional de inicio de actividades en Madrid **INTEcoach®** becará a los asistentes beneficiándoles con participar en el curso abonando una matrícula única de 350€ (cupo limitado). Se pueden obtener bonificaciones especiales, del 10% para grupos de dos personas, del 15% para grupos de 3 o más y desempleados que lo acrediten.

**Nivel II.** El precio del programa completo de Nivel I y II es de 3.345 €. En caso de haber cursado antes el Nivel I, se convalidará dicha formación y se descontará lo abonado por dicho nivel. Se pueden también obtener bonificaciones especiales, del 10% para grupos de dos personas, del 15% para grupos de 3 o más y desempleados que lo acrediten y del 25% para los que se matriculen antes del 30 de Junio. Existe la posibilidad de financiación fraccionada. La reserva de matrícula es 500€.



## **9. DERECHOS DE INSCRIPCIÓN**

### **Incluye:**

- Derechos de asistencia.
- Manual del Curso.
- Materiales del Curso.
- Temarios completos.
- Herramientas y métodos de trabajo con sus plantillas originales para que puedan utilizarse posteriormente en el desempeño profesional.
- Formularios para la práctica del Coaching y el desarrollo de las sesiones.
- Tutorías presenciales a los 45 días de la realización de la formación.
- Tutorías telefónicas y vía email durante 12 meses.
- Certificado y diploma de realización de la formación completa acreditado por Viccal Coaching, INTEcoach® y ASESCO.
- Coffee Breaks.
- Grupos reducidos: Máximo 16 alumnos.

## **10. ¿CÓMO INSCRIBIRSE?**

1. Solicitando el Boletín de Inscripción a los correos electrónicos:

[madrid@intecoach.com](mailto:madrid@intecoach.com) o [info@intecoach.com](mailto:info@intecoach.com)

2. Vía telefónica a los números de teléfonos:

646-879-835. Ángeles Beriso. Delegada en Madrid.

667-586-741. Silvia Adriasola. Directora del Programa.

647-855-221. Vicente Calatayud. Director del Programa.

Recibida la solicitud rellena nos pondremos en contacto para confirmar su inscripción.

Puede obtener más información en:

[www.intecoach.com](http://www.intecoach.com)

[www.viccalcoaching.com](http://www.viccalcoaching.com)

