



Curso con certificación oficial

Curso online

Coaching Personal e Inteligencia Emocional

¿Puede integrarse el coaching como herramienta o proceso para la gestión de las emociones y el conocimiento de la inteligencia emocional? Este es el contenido fundamental que desarrollaremos en el presente curso, a través del conocimiento de la Inteligencia Emocional y una serie de herramientas de Coaching.

En este curso aprenderás nociones básicas sobre Inteligencia Emocional y Coaching, y cómo, la práctica regular de estas herramientas pueden favorecer el desarrollo de las habilidades emocionales. Así, cuando focalizamos la atención plena en los contenidos emocionales, se facilita enormemente la comprensión y regulación de nuestras emociones.

+ Información

Duración: 25 horas

Modalidad: online

Fecha de inscripción: Hasta el 19 de Marzo

Fecha de realización: Del 1 de Febrero hasta el 31 de Marzo

Inscríbete



Presentación.

Este curso nace de la necesidad de muchos estudiantes, profesionales de distintos ámbitos que siempre han estado interesados en estas temáticas (coaching e inteligencia emocional) y no habían tenido oportunidad de asistir a ninguna acción formativa, o simplemente quieren profundizar algún aspecto.

Tras realizar este curso durante dos años de forma presencial, cuatro ediciones, con una respuesta muy positiva, con un total de más 400 personas, apostamos por llevarlo a cabo de manera distinta.

Este curso será la muestra de que una formación on-line puede ser de calidad, extrapolando los contenidos y poniendo en común con compañeros/as opiniones y conocimientos sobre las temáticas tratadas.

Los dos grandes bloques que se tratarán en este curso de 25 horas son:

Por un lado, la Inteligencia Emocional, que será el recurso más importante del siglo XXI para sobrevivir a una época de “cambio permanente”. Es básica para incrementar el rendimiento profesional y el bienestar personal y especialmente en profesiones complejas, como son las que incluyen las relaciones personales como centro y principal motor de la actividad: Educación, Recursos Humanos, Comunicación, etc. En él se trabajan técnicas de conocimiento, desarrollo y canalización de la emociones para obtener habilidades personales que proporcionan una diferencia sustancial en el contexto profesional.

Por otro lado, el coaching que es un proceso en el que el coach acompaña al coachee o cliente en un viaje interior, logrando que se conozca mejor y, por tanto, que tome conciencia de su situación actual. Esta toma de conciencia a la que lleva el coaching, trae como consecuencia el establecimiento de nuevos objetivos y el descubrimiento de una nueva realidad por parte del coachee, quien pasa a ser responsable de sus acciones llevando a cabo los cambios necesarios para ser la persona que realmente quiere ser.

El coaching, es por tanto, un proceso de profunda transformación, al igual que el proceso por el que una larva se convierte en mariposa. Precisamente, a la hora de entender qué es el coaching, El Circo de las Mariposas es el cortometraje que mejor traslada la esencia del coaching.

Objetivos.

- ✓ Los objetivos más característicos del curso son:
- ✓ Adquirir las competencias emocionales necesarias para el desarrollo de la propia inteligencia emocional.
- ✓ Desarrollar las competencias relacionales necesarias para canalizar las emociones en las relaciones con los demás.
- ✓ Conocer tipos de coaching, profundizando el personal y profesional.
- ✓ Aprender las fases del proceso de coaching.
- ✓ Adquirir herramientas para la realización de auto-coaching.

Contenidos.

- ✓ Módulo I. Coaching e Inteligencia Emocional.
 - Diseño de una meta o sueño.
 - La motivación como esencia del cambio.
 - Plan de acción para lograr la meta o sueño.
 - Tipos de coaching. Profundización en el coaching personal-profesional.
- ✓ Módulo II. Las competencias emocionales.
 - Las emociones. El proceso emocional básico.
 - La expresión de las emociones.
 - Los cinco pilares de la Inteligencia Emocional.
 - Las competencias intra-emocionales (personales) Autoconocimiento, motivación y autocontrol.
 - Las competencias inter-emocionales (sociales): Empatía y Habilidades Sociales.
- ✓ Módulo III. Herramientas para el desarrollo de la inteligencia emocional desde el coaching.
 - Autoconocimiento y autoconsciencia.
 - Automotivación.
 - Autorregulación.
 - Empatía. Habilidades Sociales.

Metodología.

Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno irá avanzado a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizando actividades que le ayudarán a afianzar los contenidos correspondientes.

Además, el alumno tendrá a su disposición, manuales que les servirán como apoyo para completar su formación, materiales totalmente prácticos.

Junto con los manuales, en cada unidad didáctica se podrá visualizar su correspondiente video, elaborado por el equipo docente y tutor especializado, para facilitar el aprendizaje del alumno.

Por otro lado, se podrá a disposición de los alumnos inscritos un chat ofreciendo distintas alternativas horarios, para que todos los participantes pongamos en común nuestras impresiones, experiencias y aprendizajes.

Evaluación.

El aprovechamiento del curso se verá reflejado en las actividades que se realizarán a lo largo de la formación. Serán actividades totalmente prácticas con el fin de interiorizar mejor los contenidos vistos en el curso.

Características del curso.

- ✓ Contenidos descargables e imprimibles en pdf.
- ✓ Contenidos totalmente actualizados.
- ✓ Disponibilidad de Tutor online.
- ✓ Certificado de la realización del curso.
- ✓ Lecturas y artículos de interés.
- ✓ Puedes administrarte el tiempo de estudio a tu medida.
- ✓ + 1 Sesión gratis con un coach profesional.

Nuestro Compromiso contigo.

- ✓ Disfrutarás de un entorno seguro de aprendizaje colaborativo junto a tus compañeros y clientes.
- ✓ Aprenderás, practicarás e integrarás el método, las habilidades y competencias del coaching tanto contigo mismo como con los demás.

- ✓ Te formarás con profesores con una amplia experiencia tanto docente como profesional
- ✓ Nunca estarás solo: tendrás tu propio tutor personal.

Inscripción y forma de pago:

Para inscribirse en este curso debe de contactar con nosotros a través de motivawork.granada@gmail.com, desde www.motivawork.com o bien a través del teléfono 697245703.

La forma de pago es través de la realización del ingreso en la siguiente cuenta bancaria ES40 3023 0190 2359 8046 6907 indicando la siguiente información:

1. Nombre y Apellidos. Curso Coaching Personal e Inteligencia emocional.
2. Enviando a motivawork.granada@gmail.com el justificante de pago.

Una vez realizado el pago se dará acceso a la plataforma y seguidamente podrás comenzar el curso.

Innovación **Networking Profesional**
Creatividad **Felicidad**
Talento Formación
MOTIVAWORK
Proyectos Empleo
Recursos Humanos
Orientación Laboral y Profesional

1000

Profesionales formados

+1000

Seguidores en Redes Sociales

+40

Eventos formativos