

postgrado experto  
**Coaching Personal**



**ON LINE**



“El talento se educa en la calma y el carácter en la tempestad”  
Goethe

**Escuela de Inteligencia** 

## Presentación

El Coaching son 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 Escuela de Inteligencia ha querido contribuir a este desafío a través de Experto en Coaching. En él se trabaja 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.

El Coaching requiere cuatro pilares básicos:

1. **Tomar conciencia** para reflexionar quién soy y quién quiero ser.
2. **Definir objetivos y su Plan de acción** a través de asumir mi responsabilidad.
3. **Utilizar metodología y estrategias** para alcanzar los objetivos anteriormente mencionados.
4. **Medición** a través de feedback para informarnos de si el objetivo se ha conseguido y si no fuera así, buscar la acción correctiva.

## Proceso de Coaching



## Objetivos **ei**

- Adquirir las competencias necesarias para el desarrollo y práctica profesional del coaching deportivo.
- Identificar fortalezas, debilidades y necesidades.
- Modificar hábitos y gestión de hábitos.
- Definir objetivos y Plan de Acción.
- Aprender a manejar las herramientas básicas del coaching deportivo.
- Utilizar adecuadamente las emociones y los sentimientos y su correspondiente gestión.
- Potenciar principios, valores, competencias y motivaciones para desarrollar un Coaching de éxito.
- Realizar procesos íntegros de Coaching para un excelente desarrollo personal y deportivo.

## Destinatarios

- 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.



## Titulación

- Experto en Coaching Personal

Post grado universitario.

## Metodología

Práctica y vivencial. Buscamos la participación personal del alumno para una más profunda asimilación y mejora en el rendimiento del aprendizaje. 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.

La **FORMACIÓN** 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. El objetivo es que el alumno adquiera conocimientos de forma rápida y con una lógica aplicada.

La **FORMACIÓN PRÁCTICA** consiste en ejercicios de ejecución personalizada de prácticas previas en el aula y supervisadas por un facilitador. El objetivo es que el alumno adquiera soltura en desarrollos prácticos antes de enfrentarse a la realidad.

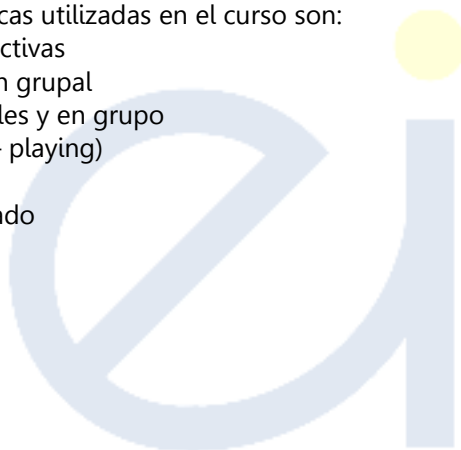
**PRACTICUM:** Prácticas y procesos reales como parte final del curso. Bajo la supervisión de un tutor el alumno tendrá que enfrentarse por sí mismo a situaciones verídicas. Tras ello deberá realizar una sinopsis de sus experiencias prácticas y dar una visión personal de los procesos de coaching. Deberá presentarlo por escrito y mediante una presentación oral a los miembros del claustro de evaluación. El objetivo es que el alumno adquiera experiencia y soltura en el desarrollo de su trabajo.

**CAMPUS VIRTUAL:** Tanto en formación presencial como en formación on line el alumno dispone de un campus virtual que le acompaña en todo momento. El objetivo de adaptarse de la mejor forma posible, en tiempo y forma, a las necesidades del alumno.

**TUTORÍAS:** Cada alumno tiene asignado un tutor desde el inicio del curso. El tutor velará y por la unidad y buena asimilación de los contenidos y, sobre apoyará en todo especialmente en la fase de prácticas. El alumno recibirá entre 5 y 10 horas de tutorías. El objetivo es que el alumno esté acompañado y guiado por un especialista en transcurso de su formación.

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 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 el practicum realizado y presentado.



## Programa

El curso se divide en 5 partes (250 horas):

• Parte I	<b>Despertar el Talento</b>	(40 horas)	Presencial
• Parte II	<b>Autocoaching</b>	(70 horas)	On Line
• Parte III	<b>Educar el talento</b>	(40 horas)	Presencial
• Parte IV	<b>Ser Coach</b>	(60 horas)	On line
• Parte V	<b>Prácticas y supervisiones</b>	(40 horas)	On Line

### parte 1: despertar el talento (nivel I – inteligencia emocional)

#### A. conciencia personal

- Autoconocimiento
  - Tomar conciencia de las debilidades y fortalezas
  - Reconocer mis valores y principios
  - Potenciar mi autoestima
- Autorregulación emocional
  - Identificar y utilizar las emociones de forma adecuada
  - Gestionar los sentimientos tóxicos: víctima, culpa y resentimiento
  - Gestionar estados de ansiedad y estrés
- Automotivación
  - Definir qué necesidades están sin cubrir
  - Buscar objetivos que me mantengan en una actitud positiva
  - Estrategias de automotivación

#### B. competencias sociales

- Empatía
  - Capacidad de comprensión y adaptación a las personas
  - Comunicación eficaz a través de la calibración y rapport
  - Escucha activa
- Habilidades Sociales
  - Estrategias para mejorar las relaciones con los demás
  - Utilizar la asertividad con éxito

### parte 2: autocoaching

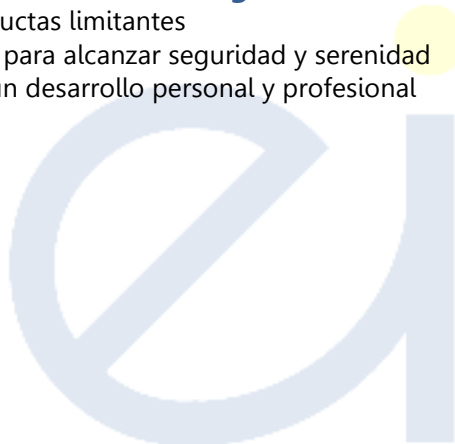
- Módulo 1. ¿Dónde estoy?
  - Tomar conciencia de mi situación personal
  - Desarrollar la agudeza sensorial
  - Ejercicios de reflexión de mi estado actual
  - Desarrollo de hábitos y acciones positivas
- Módulo 2. ¿Quién quiero ser y dónde quiero estar?
  - Clarificar lo que es importante para mí
  - ¿Dónde quiero estar (1, 5, 10 y 15 años)?
  - Ejercicios de automotivación
  - Tomar conciencia de Misión, Visión y Propósito

## parte 2: autocoaching

- Módulo 3. ¿Qué hago?
  - Reflexión de las molestias, tengo qué y deseos en las distintas áreas de mi vida personal: familia, amigos, trabajo...
  - Tomar conciencia de mis conductas limitantes
  - Proceso de cambio
  - Reconocer los frenos del cambio y superar las resistencias al cambio
- Módulo 4. ¿Cómo lo hago?
  - Identificar las emociones que aparecen en nuestra vida personal y profesional
  - Utilización de las emociones con conductas adecuadas
  - Gestión de las emociones tóxicas (cargas emocionales)
  - Proceso de equilibrio emocional
- Módulo 5. ¿Cómo me siento?
  - Reconocer pensamientos y sentimientos
  - Superar el sentimiento de víctima
  - Superar resentimiento y culpabilidad
  - Superar otras situaciones tóxicas
  - Superar el mobbing
- Módulo 6. ¿Quién soy?
  - Reconocer las creencias limitadoras y fortalecerlas en potenciadoras
  - Descubrir debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades
  - Descubrir mis valores
  - Potenciar otros valores
- Módulo 7. Gestión del cambio.
  - Cambios a realizar
  - Estrategias para un cambio y un hábito positivo
  - Resolución de problemas
  - Proceso de pérdida o duelo
- Módulo 8. ¿qué quiero?
  - Búsqueda de objetivos
  - Definición de una meta
  - Estrategias de éxito de una meta
- Módulo 9. Estrategia y Plan de acción.
  - Autoevaluación de debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades de las distintas áreas de nuestra vida: familia, amigos, trabajo...
  - Método Ishikawa como Plan de Acción
- Módulo 10. Recursos para un Plan de Acción con éxito.
  - Afirmaciones, visualizaciones
  - Plan estratégico

## parte 3: educar el talento (nivel II – inteligencia emocional)

- Reconocer nuestras conductas limitantes
- Superar nuestros miedos para alcanzar seguridad y serenidad
- Utilizar estrategias para un desarrollo personal y profesional



## parte 4: ser coach

- Módulo 11 Bases sólidas de un proceso de Coaching.
- Módulo 12 Estrategias para empatizar y obtener una comunicación eficaz.
- Módulo 13 Las preguntas como estrategia de Coaching. Quien pregunta, dirige.
- Módulo 14 Tomar conciencia de los frenos del éxito y frustraciones.
- Módulo 15 Procesos para ayudar al coachee y superarse en su ámbito personal y profesional.
- Módulo 16 ¿Cómo dar feedback y realizar un proceso de Coaching?
- Módulo 17 Herramientas para la toma de conciencia del coachee.
- Módulo 18 Estrategia para gestionar el tiempo y potenciar la automotivación.
- Módulo 19 Plan estratégico para un plan de acción.
- Módulo 20 Modificación de hábitos, potenciación del talento y análisis transaccional.
- Módulo 21 Marketing del coach y marca personal.

## parte 5: prácticas y supervisiones

- Evaluación continua.



## Profesorado

### Claustro docente

- D. Javier Mañero Moreno
- Dña. Carolina Soba Molero
- Dña. Virginia Gonzalo Rivas
- D. Manuel López Moreno
- D. Ross Galán Miguel
- D. José Luis Masía Linaza
- D. José Antonio Martín Martín
- D. Daniel López Fernández
- D. Santiago Scheele Izquierdo
- Dña. Rosana Calvo Cruza
- Nekane Gonzalez Morales
- D. Carlos Pallerio Guerrero

#### 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. Gerente en la formación de competencias emocionales en la empresa.

#### Carolina Soba Molero

Licenciada Psicología (UAM). Master en Psicoterapia Cognitiva – Conductual (Grupo Luria). Practitioner PNL. Psicoterapeuta. Profesora de psicología. 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). Especialista Universitario en Terapia Cognitivo-conductual en la infancia y la adolescencia (UNED). Practitioner en PNL. Coach profesional (Olacoach). Consultora de formación en Escuela de Inteligencia desde el año 2000. 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.

#### Ross Galán Miguel

Licenciado en Empresariales y Filología Inglesa por la Universidad de Cambridge. Doctorado en Filología Hispánica (UCM). Máster de PNL (Universidad de Santa Mónica). Especialista Universitario en Inteligencia Emocional y Experto en Coaching (UCJC). Consultor de formación de Escuela de Inteligencia. Más de treinta años de experiencia docente.

#### José Luis Masía Linaza

Economista. Máster en Redes Informáticas (Instituto Novell España). Máster en Dirección Financiera. Máster en Coaching (UCJC). Experiencia en puestos de dirección y dirección financiera de grandes empresas de más de 25 años.

**José Antonio Martín Martín.**

Licenciado en Ciencias Empresariales por la Universidad de Comillas (ICADE). Programa de Desarrollo Directivo por el IESE. Master en Coaching por la UCJC. Practitioner en PNL por la UCJC. Experiencia directiva en multinacionales. Formador y Coach.

**Daniel López Fernández**

Ingeniero técnico en informática de sistemas (UPM). Master en coaching e Inteligencia Emocional (UCJC). Formador y consultor

**Santiago Scheele Izquierdo**

Licenciado en Derecho (Universidad La Laguna). Master en Dirección y Gestión de RR.HH (Escuela Europea de Negocios). Master en Coaching (UCJC). Formador y Coach. Certificado por la ICC (International Coaching Community) por Joseph O'Connor.

**Rosana Calvo Cruza**

Licenciado Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid. Máster en Psicología Clínica en CINTECO. Master en Inteligencia emocional por UCJC y Practitioner en PNL por la UCJC.

**Nekane Gonzalez Morales**

Diplomada en Terapia Ocupacional. Escuela Universitaria de Enfermería y Terapia Ocupacional de la UEX (Cáceres). Licenciatura Antropología Social y Cultural por la Facultad formación del profesorado por la UEX. Licenciatura en Inglés (B2) por la Escuela Oficial de idiomas. Certificado de Aptitud Pedagógica (C.A.P) por la Universidad de Extremadura. Experta en Coaching Personal y Experta en Inteligencia Emocional por la UCJC. Amplia experiencia como terapeuta ocupacional. Colaboradora y formadora en inteligencia emocional a profesores, padres y personal laboral (grupo GUÍA).

**D. Carlos Pallero Guerrero**

Diplomatura de Magisterio en Lengua Extranjera en ESCUNI. Licenciatura en Psicopedagogía por C.E.S. Don Bosco. Título CELTA (Cambridge English Language Teacher to Adults) Perth, Australia. Cursos de doctorado en el departamento de Psicología escolar y desarrollo en UCM. Experto coaching en Escuela de Inteligencia (UCJC) Máster PNL en NLPU, California, Estados Unidos



## Admisión

### 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.

### proceso de admisión

- Carta de presentación redactada por el alumno.
- Currículo vital.
- Entrevista personal. La entrevista personal tendrá especial relevancia en los casos en los que los aspirantes no cumplan con los requisitos de titulación.

### duración

- **250 horas**      100 horas presenciales + 150 horas On Line
- **25 créditos**

### Aula On Line. ¡tu manejas tu tiempo!

- Se participa en el aula virtual mediante la descarga de los 21 módulos.
- Ejercicios y tareas para cada módulo supervisados por un coach
- Videos de cada tema
- Material didáctico
- Explicación de cada módulo por el coach a través de skype
- Consulta por correo electrónico o teléfono

**Idiomas**                      español, inglés y portugués

### centro impartición de clases

- Escuela de Inteligencia: C/ Fernando el Católico, 63 (Metro Moncloa o Argüelles)



## Precio del curso

experto en **Coaching Personal On Line**

Despertar el talento	480 €
Autocoaching	900 €
Educar el talento	600 €
Ser Coach y prácticas	920 €

Formación sujeta a bonificación de la *Fundación Tripartita*. Consultar condiciones

## forma de pago

Despertar y educar el talento	Pago al contado
Autocoaching	4 pagos de 275 €
Ser Coach y prácticas	4 pagos de 280 €

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

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

Posteriormente realizar notificación de la transferencia por email a [info@escueladeinteligencia.com](mailto:info@escueladeinteligencia.com) o por fax en el *915 595 217* indicando **“OBSERVACIONES: nombre, apellidos y curso”**

---

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)

## más información y contacto

- [info@escueladeinteligencia.com](mailto:info@escueladeinteligencia.com)
- [www.escueladeinteligencia.com](http://www.escueladeinteligencia.com)
- T. 915 488 176
- F. 915 595 217

