

## COACHING & PERSONAL DESIGN

Al terminar la actividad el asistente podrá (descripción de objetivos de la actividad):

Introducción al Coaching, a la gestión y diseño personal personal y al cambio de observador. Intentamos enfatizar en la conciencia personal del potencial interior de la persona (psicología, emociones) para el desarrollo de la autoconfianza, el equilibrio personal y la mejora del liderazgo y la toma de decisiones. Pretendemos además dotar al alumno de herramientas transversales y de análisis que le permitan mejorar su comunicación y mejor comprensión a través de un proceso de Coaching.

Otros objetivos más específico de esta asignatura serían:

- Definir y desarrollar el proceso de Coaching y diseño personal
- Analizar el modelo observador y las comunicaciones efectivas
- Profundizar en el mindfulness y el autoconocimiento
- Observar la autoconfianza y la gestión ecológica de las emociones
- Profundizar en la programación neurolingüística, la neurociencia aplicada al coaching, la comunicación efectiva y no verbal y el liderazgo "Coach"
- Analizar diversos modelos como el modelo observador, la metodología Belbin, o las premisas PNL

Acción formativa dirigida a:

Dirigido a profesionales en puestos de liderazgo tanto de empresas públicas como en organizaciones privadas.

Temas a desarrollar:

El Programa consta de 18 módulos que abarcan las principales herramientas y métodos de diseño personal y Coaching generalmente aceptados. El proceso es acumulativo de forma que el alumno vaya aplicando los conocimientos adquiridos y le permitan adentrarse en la comprensión de un proceso de Coaching personal y ejecutivo.

- 1.- Definición de Coaching y diseño personal
- 2.- Mindfulness y lo que no es Coaching
- 3.- Modelo del Observador (OSAR)
- 4.- Distinciones y actos lingüísticos
- 5.- Comunicación Efectiva
- 6.- Modelo Grow
- 7.- Niveles Neurológicos de Pensamiento (R. Dilts)
- 8.- Columna izquierda
- 9.- Escalera de Inferencia
10. Autoconocimiento
- 11.- Tridimensionalidad del Ser.
- 12.- Autoconfianza, Gestión Ecológica de Emociones y Gestión del Pensamiento
- 13.- Programación Neurolingüística como herramienta.
- 14.- Introducción a la CNV (Comunicación no Verbal)
- 15.- Liderazgo
- 16.- Hábitos de Gente altamente efectiva (S. Covey)
- 17.- Roles de Equipo
- 18.- Neurociencia aplicada al coaching

Metodología didáctica:

Los módulos se dividen en dos partes: uno teórico para la comprensión del módulo y otro práctico para la aplicación de las herramientas y conceptos adquiridos, aunque con una metodología pragmática en ambos. Se familiarizará a los alumnos con técnicas de entrenamiento en diseño personal y coaching. Se contará con tutorías periódicas para dudas y consultas, así como para la evaluación continua del alumno mediante test y pruebas específicas.

La evaluación es continua a través de las correspondientes prácticas de cada módulo. Al final del Programa el alumno deberá resolver un caso práctico para evaluar los conocimientos adquiridos.

**Documentación a entregar a los alumnos:**

Con antelación a cada módulo se suministrará el material de la actividad junto con una actividad a realizar. La actividad podrá consistir en un trabajo, la resolución de un caso práctico o un test para evaluar el grado de conocimiento.

Se adjuntará bibliografía y material de apoyo (apuntes, libros, videos, películas, casos etc) que permitan una mayor comprensión de la actividad y el plazo requerido para su ejecución y presentación.

**Otra Información de interés:**

Módulo que pertenece a: DIPLOMA DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA EN LIDERAZGO, DESARROLLO DE ESTRATEGIAS Y NUEVAS TENDENCIAS

**Condiciones generales**

La acción formativa cumple las siguientes condiciones generales: [http://www.cfp.upv.es/cond\\_gen?5](http://www.cfp.upv.es/cond_gen?5)

**Organizadores:**

Responsable de actividad	FERNANDO JOSÉ GARRIGÓS SIMÓN
Coordinador	SOFIA ESTELLES MIGUEL
Coordinador	IGNACIO GIL PECHUÁN

**Datos básicos:**

Dirección web	liderazgo.upv.es
Correo electrónico	fgarrigos@doe.upv.es
Tipo de curso	FORM. ESPECIF. MODULAR
Estado	MATRICULABLE
Duración en horas	30 horas a distancia
Créditos ECTS	3

Información técnica docente	<p>Secretaría:          Contacto: Sofía Estellés Miguel ext. 76841          Tfo: 655687299          soesmi@omp.upv.es</p> <p>Información Técnica Docente:          Contacto: Fernando Garrigós Simón          Horario de Atención al Público:          Teléfono: 963877000 (Ext.:76854)          Fax:          E-Mail: fgarrigos@doe.upv.es</p>
-----------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Bibliografía:	<p>EL ARTE DE SOPLAR BRASAS - LEONARDO WOLK (ISBN: 9789879867839)          ONTOLOGIA DEL LENGUAJE - RAFAEL ECHEVERRIA (ISBN: 9789506413521)          COACHING: EL METODO PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO DE LAS PERSONAS - JOHN WHITMORE (ISBN 9788449325090)          LOS 7 HABITOS DE LA GENTE ALTAMENTE EFECTIVA - STEPHEN R. COVEY (ISBN: 9788449324949).          EL JUEGO INTERIOR DEL TENIS - W. TIMOTHY GALLWEY (ISBN 9788478081738)          PNL: IDENTIFICACION Y CAMBIO DE CREENCIAS - ROBERT DILTS (ISBN: 9788479532550)</p> <p>Cada Módulo se complementará con bibliografía adicional y específica junto con material de elaboración propia.</p>
---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Dónde y Cuándo:**

Dónde	INTERNET
-------	----------

Horario	INTERNET
Lugar de impartición	ON-LINE
Fecha Inicio	7/10/19
Fecha Fin	20/10/19
<b>Datos de matriculación:</b>	
Matrícula desde	31/07/19
Inicio de preinscripción	7/08/19
Mínimo de alumnos	1
Máximo de alumnos	100
Precio	120,00 euros
Observaciones al precio	120€ Público en general
<b>Profesorado:</b>	
SÁNCHEZ LABELLA, JOSÉ	

<b>Asignaturas del Curso:</b>				
Asignatura	Tipo oferta	Nombre del Grupo	Previsto Inicio	Previsto Fin
COACHING AND PERSONAL DESIGN	T	19/20	7/10/19	20/10/19
[O] Optativa [T] Troncal				