



Módulo 1. Concepto y Filosofía Del Coaching

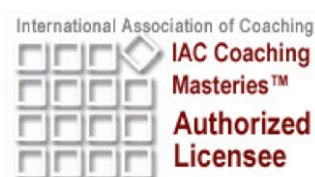
- 1.1 ¿Qué es coaching?
- 1.2 Coaching para el bienestar personal
- 1.3 El coaching como proceso de cambio
- 1.4 Filosofía Coaching
- 1.5 Los beneficios y propósitos del coaching
- 1.6 Bibliografía
- 1.7 Ejercicios para integrar el conocimiento.

Módulo 2. Orígenes del Coaching y teorías que lo sustentan

- 2.1. Sócrates
- 2.2 La Psicología Humanista
- 2.3 El mundo del deporte
- 2.4 Thomas Leonard
- 2.5 Otras influencias del Coaching**
- 2.6 Teorías que influyen en el ámbito del coaching salud.
 - 2.6.1 Modelo Transteórico del Cambio
 - 2.6.2 La Teoría de la Autodeterminación
 - 2.6.3 Entrevista motivacional
- 2.7 Bibliografía
- 2.8 Ejercicios para integrar el conocimiento

Módulo 3. Tipos de Coaching

- 3.1. Principales Tipos de Coaching
 - Coaching deportivo
 - Coaching Ejecutivo
 - Coaching Empresarial
 - Coaching de equipos





- Coaching Personal
- Coaching Nutricional

3.2. Modelos de Coaching

- Coaching sistémico
- Coaching ontológico
- Coaching y PNL
- Coaching e inteligencia emocional
- Evaluación apreciativa

3.3. Bibliografía

3.4. Ejercicios para integrar conocimiento

Módulo 4. Inteligencia emocional

4.1. ¿Qué es la Inteligencia Emocional?

4.2. Orígenes de la Inteligencia Emocional IE

4.3. Las emociones y sus funciones

4.4. Neurociencias: madre de la Inteligencia Emocional

4.5. Clasificación de las competencias emocionales según Daniel Goleman

4.6. Bibliografía

4.7. Actividades para integrar el conocimiento

Módulo 5. El proceso de Coaching

5.1 ¿Para qué es necesario estructurar la conversación?

5.2 Las fases del proceso de coaching

5.3 Definir el Objetivo

5.3.1 Características del Objetivo

5.3.2 Métodos para definir objetivos

5.4 Analizar la Realidad

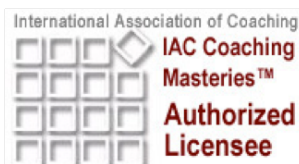
5.5 Valorar las Opciones

5.6 Establecer el Compromiso

5.6.1 Definir el Plan de acción

5.7 Bibliografía

5.8 Ejercicios para integrar el conocimiento





Módulo 6. La figura del Coach

- 6.1. ¿Qué es un coach?
- 6.2. ¿Cuál es la función del coach?
- 6.3. El estilo de comunicación del coach
 - 6.3.1. El rapport: la creación del vínculo con el paciente
 - 6.3.2. La empatía
 - 6.3.3. La escucha
 - 6.3.4. La pregunta
 - 6.3.5. El feedback
- 6.4. Las Maestrías del coach
- 6.5. Diferencias entre la figura del coach y otras figuras similares
- 6.6. Bibliografía
- 6.7. Ejercicios para integrar el conocimiento

Módulo 7. Herramientas Coaching en consulta I.

- 7.1 Maestría Apoyar al cliente en crear y utilizar sistemas y estructuras de apoyo.
- 7.2 Herramientas para la introspección, la toma de conciencia y el autocontrol.
- 7.3 Herramientas para aumentar la motivación y la confianza en si mismo.
- 7.4 Herramientas para trabajar las creencias limitantes.
- 7.5 Herramientas para el cambio cognitivo.
- 7.6 El Malefín de herramientas de Nutritional Coaching.
- 7.7 Bibliografía.
- 7.8 Ejercicios para integrar el conocimiento.

Módulo 8. Herramientas Coaching en consulta II.

- 8.1 La conciencia corporal
- 8.2 Incorporar el ejercicio físico a la rutina diaria
- 8.3 La gestión eficaz del tiempo
- 8.4 Proporcionar información sin generar resistencia
- 8.5 Cómo empezar a aplicar el coaching en la consulta
- 8.6 Bibliografía
- 8.7 Ejercicios para integrar el conocimiento

