



Planificació de les accions formatives:

Les accions formatives que componen el present itinerari estan programades per a que aquelles persones que vulguin realitzar la totalitat de les accions formatives les puguin realitzar.

Els possibles candidats es poden inscriure a les accions formatives que vulguin d'aquest itinerari, ja sigui únicament a una o bé a totes.

Itinerari: Coaching

- 1 Eines de Coaching I
- 2 Eines de Coaching II
- 3 Coaching de Fortaleses



ESCOLA SANT
GERVASI
COOPERATIVA

ÀREA DE QUALIFICACIÓ
PROFESSIONAL

Accions formatives incloses a l'itinerari:

Denominació	Tipus	Hores
Eines de Coaching I	Presencial	30 hores
Eines de Coaching II	Presencial	30 hores
Coaching de Fortaleses	Presencial	40 hores
Total hores de l'itinerari		100 hores

1. Eines de Coaching I

Durada: 30h

Objectius:

- Conèixer què és el coaching, els seus principis bàsics i els factors que hi intervenen.
- Utilitzar el coaching en diversos contextos.

Continguts:

- 1. Què és el coaching?**
 - 1.1. Definició del terme
 - 1.2. Origen del terme
 - 1.3. Base teòrica del coaching
 - 1.4. Diferències entre altres disciplines
- 2. La professió del Coach**
 - 2.1. Codi ètic
 - 2.2. Competències del coach
 - 2.3. Fases del procés de coaching
 - 2.4. Marc del procés de coaching
- 3. Mètode GROW**
 - 3.1. L'objectiu – àrees de la vida
 - 3.2. Validar l'objectiu
 - 3.3. Explorar la realitat
 - 3.4. Obrir les opcions
 - 3.5. El pla d'acció
- 4. Marc conceptual de les emocions**
- 5. Competències emocionals**
- 6. Intel·ligència emocional i coaching**
 - 6.1. Emocions que influeixen positivament en un procés de coaching, com potenciar-les.
 - 6.2. Emocions que obstaculitzen un procés de coaching, com regular-les.

2. Eines de Coaching II

Durada: 30h

Objectius generals:

- Augmentar el lideratge personal a través de la metodologia del coaching.
- Augmentar el lideratge d'equips a través de la metodologia del coaching.

Objectius específics:

- Aprendre diferents tècniques de coaching útils per a la comunicació.
- Aprendre diferents tècniques de coaching útils per al lideratge d'equips.

Continguts:

- 1. Aplicació pràctica de diferents tècniques de coaching per a l'autolideratge i la comunicació**
 - 1.1. Tècniques per a l'autoevaluació de les habilitats, qualitats i competències personals:
 - 1.2. Analitzar les habilitats comunicatives i els dèficits en les interaccions comunicatives personals.
 - 1.3. Instruments, tècniques i processos per:
- 2. Aplicació pràctica de diferents tècniques de coaching per al lideratge d'equips**
 - 2.1. El líder coach
 - 2.2. Eines de coaching

3. Coaching de Fortaleses

Durada: 40h

Objectius generals:

- -Per a que l'alumne/a sigui capaç de definir les diferents fortaleses i identificar quines posseeix i en quin estat es troben.

Objectius específics:

- Potenciar les fortaleses menys desenvolupades de l'alumne/a.
- Estabilitzar les fortaleses més desenvolupades de l'alumne/a.
- Dotar d'equilibri a les diferents fortaleses de l'alumne/a.

6. Estratègies avançades

- 6.1. Potenciar
- 6.2. Equilibrar
- 6.3. Combinar
- 6.4. Substituir

7. Fenòmens Específics

- 7.1. Coaching de Fortaleses en situacions específiques
- 7.2. Integració Teòrica

8. Integració Pràctica

- 8.1. Sessió Pràctica
- 8.2. Sessió Pràctica amb Guia Tutor.

Continguts:

1. Introducció al Coaching de Fortaleses
2. Bases del Coaching de Fortaleses
 - 2.1. Habilitats del Coach.
 - 2.2. Codi d'Ètica per a Coaches i Mentors.
3. Objectius i límits del Coaching
 - 3.1. Límits en les Intervencions Positives
 - 3.2. Teoria de l'Autodeterminació
4. Fases i Procés del Coaching de Fortaleses
 - 4.1. Guia sessió de Devolució
 - 4.2. Objectius, Passos i Recomanacions Pràctiques per a devolució de perfil de Fortaleses
5. Diccionari de Fortaleses
 - 5.1. Avaluació de Fortaleses