



INSTITUTO DE CIENCIAS  
DEL BIENESTAR INTEGRAL  
**TECMILENIO**





INSTITUTO DE CIENCIAS  
DEL BIENESTAR INTEGRAL  
**TECMILENIO**

Tema 1. Tipos de coaching /  
medición de resultados del  
coaching

## ELEMENTOS DEL COACHING

## 1 ORGANIZACIONAL

El objetivo es mejorar el desempeño y las habilidades de liderazgo en un entorno empresarial. Puede abordar temas como la toma de decisiones, la gestión del tiempo, la resolución de conflictos y el desarrollo de estrategias.

## 2 DE EQUIPOS

El coach trabaja con el equipo para identificar y abordar desafíos, mejorar la colaboración y alcanzar metas específicas:  
Mejorar el rendimiento y la eficacia de un equipo en una organización.

## 3 DE VIDA

Tiene como objetivo principal ayudar a las personas para alcanzar un mayor nivel de satisfacción y éxito en diversas áreas de sus vidas personales. Este tipo de coaching se enfoca en el desarrollo personal, el crecimiento y el logro de metas personales.

## 4 TRANSFORMACIÓN PARA EL BIENESTAR

Se enfoca en el estudio de las fortalezas humanas, la felicidad, el bienestar y el florecimiento es un enfoque de coaching que se centra en ayudar a las personas a lograr un mayor bienestar emocional, mental y general en sus vidas.



## OBJETIVOS CLAROS Y MEDIBLES:

Desde el principio del proceso de coaching, es importante establecer objetivos claros y medibles. Estos objetivos deben ser específicos, alcanzables, relevantes y limitados en el tiempo



## FEEDBACK DEL COACHEE

La retroalimentación del coachee es fundamental. Preguntar regularmente cómo se siente con respecto a su progreso, qué ha aprendido y cómo ha mejorado puede proporcionar información valiosa sobre los resultados del coaching.



## AUTOEVALUACIÓN DEL COACHEE

El cliente puede llevar un registro de su propio progreso y desarrollo a lo largo del tiempo. Puede utilizar un diario de desarrollo personal o una herramienta similar para hacer un seguimiento de sus logros, cambios en el comportamiento y nuevas habilidades adquiridas.

## COACHING DE TRANSFORMACION PARA EL BIENESTAR

Se enfoca en el estudio de las fortalezas humanas, la felicidad, el bienestar y el florecimiento es un enfoque de coaching que se centra en ayudar a las personas a lograr un mayor bienestar emocional, mental y general en sus vidas.



### OBJETIVOS CLAROS Y MEDIBLES:

Desde el principio del proceso de coaching, es importante establecer objetivos claros y medibles. Estos objetivos deben ser específicos, alcanzables, relevantes y limitados en el tiempo



### FEEDBACK DEL COACHEE

La retroalimentación del coachee es fundamental. Preguntar regularmente cómo se siente con respecto a su progreso, qué ha aprendido y cómo ha mejorado puede proporcionar información valiosa sobre los resultados del coaching.



### AUTOEVALUACIÓN DEL COACHEE

El cliente puede llevar un registro de su propio progreso y desarrollo a lo largo del tiempo. Puede utilizar un diario de desarrollo personal o una herramienta similar para hacer un seguimiento de sus logros, cambios en el comportamiento y nuevas habilidades adquiridas.



Tema 2. Roles en el coaching

---

## ELEMENTOS DEL COACHING

## ¿QUÉ ES UN PROCESO DE COACHING?

Este proceso es orientado a la acción, el coach está ahí como un socio y un recurso en este viaje, desde una relación de pares. El Coachee es el especialista en su vida, y el Coach posee herramientas que le hacen ver desde una perspectiva más amplia por eso se convierten en socios viendo hacia una misma meta..

“La asociación entre un coach y un cliente en un proceso creativo y estimulante que inspira al cliente a maximizar su potencial personal y profesional” (ICF)







## PRINCIPALES ACTORES DEL PROCESO DE COACHING



### COACH

Cuenta con herramientas y competencias



### BRECHA O META

Sin brecha no hay coaching,  
Ruta de dónde está el cliente  
hacia donde quiere ir



### COACHEE O CLIENTE

Es especialista en su vida,  
pero necesita algo más...

## ACTORES SECUNDARIOS



### SUPERVISOR DEL COACH

El supervisor del coach desempeña un papel fundamental en la mejora continua de los coaches, garantizando la calidad y la ética en el proceso de coaching.



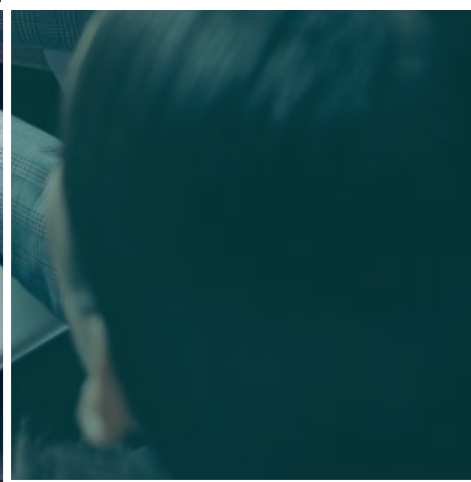
### MENTOR DEL COACH

tiene la habilidad y la profundidad de conocimiento y experiencia para certificar, y preparar a un coach profesional, revisar sus prácticas con el fin de avalar, la preparación y completitud de las habilidades y competencias de un Coach



### ESPONSOR DEL COACHEE

Un sponsor es un individuo en una organización que respalda el proceso de coaching para un empleado o colega.



Tema 3. Marco ético y de acción

---

## ELEMENTOS DEL COACHING

## ¿QUÉ ES ÉTICA?

La ética es una parte fundamental de la vida humana, ya que influye en cómo interactuamos con otros, cómo tomamos decisiones y cómo vivimos nuestras vidas. A través del estudio y la reflexión ética, las personas buscan comprender mejor lo que es correcto y cómo pueden actuar de manera moralmente justa en una variedad de situaciones.

Considerando estas definiciones y reconociendo que el coaching es un proceso fundamentado en valores, involucrando tanto al coach como al coachee, resulta crucial que esté arraigado en principios éticos. En este contexto, la ética debe ser vista como un pilar fundamental para orientar el comportamiento del coach y como un fundamento imprescindible en el ejercicio de su profesión.







Una gran colaboración entre dos mundo que parecen del todo opuesto pero que en realidad son la dualidad al servicio del bienestar en nuestro ser, hacer y tener...





- ❖ Damián Goldvarg (Autor), Supervisión de Coaching (para el desarrollo profesional del Coach); GRANICA, (2017)
- ❖ Damián Goldvarg (Autor), Norma Perel de Goldvarg (Autor), Competencias de coaching aplicadas. Con estándares internacionales; GRANICA, (2012)
- ❖ <https://soyetica.com/codigo-de-etica-universidad-tecmilenio/>
- ❖ Center for Credentialing & Education (CCE) <https://www.cce-global.org/>
- ❖ [https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25368w/M1CIO114\\_S1\\_Principios\\_eticos\\_iac.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25368w/M1CIO114_S1_Principios_eticos_iac.pdf)
- ❖ [http://www.positiveinsights.co.uk/articles/Coaching\\_Positive\\_Psychology.pdf](http://www.positiveinsights.co.uk/articles/Coaching_Positive_Psychology.pdf)
- ❖ <https://www.gallup.com/cliftonstrengths/en/home.aspx>
- ❖ Código de Ética ICF
- ❖ <https://coachfederation.org/app/uploads/2020/01/ICF-Code-of-Ethics-Spanish-Final-Revision-11152019.pdf>
- ❖ Fred Kofman y James Flaherty
- ❖ <https://youtu.be/JrEtQj66n7s?si=YeqFhqrkZEoJDf6z>
- ❖ Mihaly Csikszentmihalyi
- ❖ <https://youtu.be/WNCAaFnm88?si=G3WVwSElqIgxJ39j>
- ❖ Life Coach Magazine
- ❖ <https://www.lifecoachmagazine.com/>







Tema 4. Competencias del Coaching de Transformación para el Bienestar (sus valores, ética y fortalezas)

## ELEMENTOS DEL COACHING



## ¿PARA QUÉ?

La certificación de competencias es el proceso a través del cual las personas demuestran por medio de evidencias, que cuentan con los conocimientos, habilidades y destrezas necesarias para cumplir una función a un alto nivel de desempeño de acuerdo con lo definido en un Estándar de Competencia.





Realiza una presentación de como te presentarías tomando en cuenta estándares y competencias revisadas en los anteriores temas.



- ❖ Henry Kimsey-House(Autor), Karen Kimsey-House(Autor), Phillip Sandahl(Autor), Laura Whitworth (Autor), "Co-Active Coaching: Changing Business, Transforming Lives" Brealey America, (2011)
- ❖ Ben-Shahar, T. (2007). Happier: Learn the secrets to daily joy and lasting fulfillment(Vol. 1). New York: McGraw-Hill.
- ❖ Biswas-Diener, R. (2010). Practicing positive psychology coaching. New Jersey, USA: John Wiley & Sons, Inc.
- ❖ Fredrickson, B. (2009). Vida Positiva, cómo superar las emociones negativas y prosperar. Colombia: Norma.
- ❖ Seligman, M. (2011). Flourish. New York, USA: Free Press, a trademark of Simon& Schuster, Inc.
- ❖ Tarragona, M. (2012). Psicología positiva. México: Trillas.
- ❖ Vázquez, C. y Hervás, G. (2009). La ciencia del bienestar: Fundamentos de un psicología positiva. España: Alianza.

