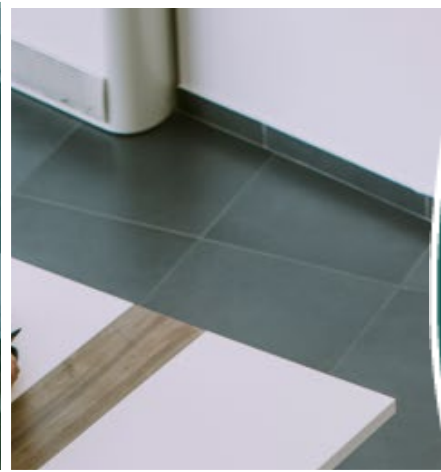




INSTITUTO DE CIENCIAS
DEL BIENESTAR INTEGRAL
TECMILENIO





INSTITUTO DE CIENCIAS
DEL BIENESTAR INTEGRAL
TECMILENIO

Tema 1. Competencias del coach

MODELO DE APRENDIZAJE DEL COACHING

LAS COMPETENCIAS DEL COACH EN LAS CUALES VAMOS A PROFUNDIZAR PARA INTEGRARLAS SON:





1. Conciencia ética

- ❖ Integrar en la práctica el marco ético, consciente de fortalezas y debilidades.
- ❖ Cultivar una autoimagen positiva y de autoestima.
- ❖ Fomentar relaciones interpersonales saludables, en equilibrio con expresar mi verdad y escuchar la verdad del otro.



2. AutoEvaluación Positiva

- ❖ Definir metas personales y profesionales con enfoque en el crecimiento y el bienestar.
- ❖ Utilizar la visualización positiva para motivarte a mantener un sentido de propósito.
- ❖ Qué si tengo, qué si he logrado y agradecer por ello. Siendo mi mejor versión, para acompañar en coherencia.



3. Escucha Activa

- ❖ Practicar ponerse en el lugar del otro, respetando sus creencias y perspectivas e identificando el modelo mental del cliente.
- ❖ Desarrollar la habilidad de escuchar atentamente a los demás sin juicios y con integridad.
- ❖ Trabajar en mejorar mi habilidad para decir mi verdad de manera clara y positiva, cuidando las relaciones y la seguridad psicológica.



4. Comunicación Efectiva

- ❖ Crear un ambiente donde el cliente se sienta comprendido, escuchado y valorado, facilitando una comunicación abierta.
- ❖ Hacer preguntas reflexivas que ayuden al cliente a explorar sus pensamientos, emociones y creencias que le limitan en la consecución de sus objetivos, o en la gestión de sus relaciones.

5. Empatía

- ❖ Reflejar los sentimientos y pensamientos del cliente de manera precisa y comprensiva.
- ❖ Esta competencia permite al coach identificar obstáculos, resistencia, emocionales, creencias, comportamientos, y permite crear la mejor estrategia para superar los desafíos que le duelen al cliente.
- ❖ En esta práctica de la empatía el coach se pone en el lugar de su cliente
- ❖ Fomentar un ambiente de trabajo o entorno social positivo.



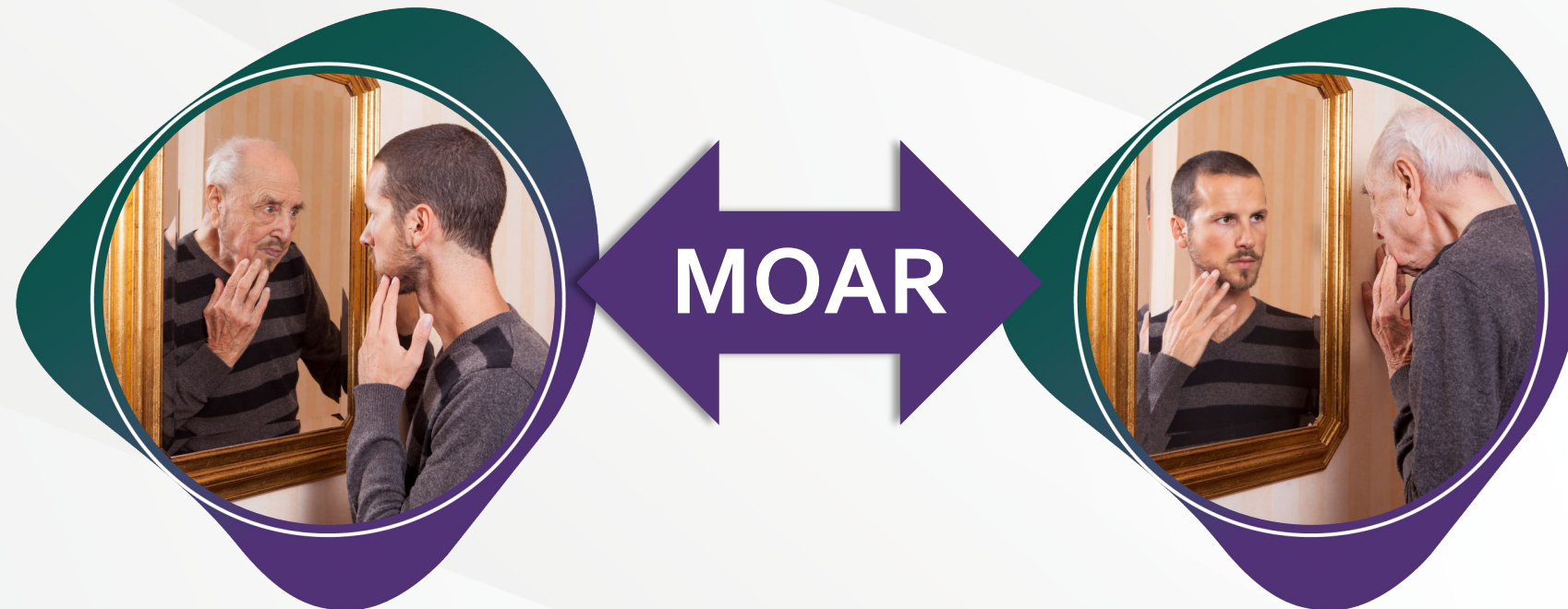


INSTITUTO DE CIENCIAS
DEL BIENESTAR INTEGRAL
TECMILENIO

Tema 2. Herramientas del coach

MODELO DE APRENDIZAJE DEL COACHING

1. TRANSFORMANDO AL OBSERVADOR



El concepto de "transformando al observador" destaca la importancia de reconocer que nuestra percepción y comprensión de la realidad están intrínsecamente ligadas a nuestra **perspectiva individual**, nuestras experiencias y nuestros procesos cognitivos. Esta idea nos recuerda que la verdad y la realidad pueden ser subjetivas y se nos invita a ser conscientes de nuestras propias influencias y sesgos al interpretar el mundo que nos rodea.

2. GROW

- **GOALS** (Metas)
- **REALITY** (Realidad)
- **OPTIONS** (Opciones)
- **WILL** (Voluntad o Acción)



la herramienta **GROW** es una estructura efectiva para guiar las conversaciones de coaching, permitiendo a los coaches y a los clientes abordar problemas, establecer metas, explorar opciones y tomar acciones concretas para lograr resultados positivos.

3. Diálogo de Voces

Cuando se enfrenta a dilemas internos, el cliente puede utilizar el Voice Dialogue para explorar las voces internas que están en conflicto. Esto puede ayudar a aclarar los factores que contribuyen al dilema y a encontrar soluciones que equilibren las diversas perspectivas.

También puede ser útil en situaciones en las que el cliente necesita negociar consigo mismo para llegar a un acuerdo o compromiso interno.



4. MAAN

El enfoque MAAN puede ser utilizado para guiar conversaciones difíciles y ayudar al cliente a abordar conversaciones desafiantes en su vida personal o profesional. Es una herramienta versátil que puede ayudar a gestionar conversaciones difíciles de manera efectiva, promoviendo la empatía, la resolución de problemas y la colaboración. Puede ser una valiosa adición a las habilidades de coaching y a la gestión de situaciones desafiantes en la vida cotidiana.

Mejor Alternativa a un Acuerdo Negociado





INSTITUTO DE CIENCIAS
DEL BIENESTAR INTEGRAL
TECMILENIO

Tema 3. Responsabilidad,
aprendizaje y comunicación
efectiva

MODELO DE APRENDIZAJE DEL COACHING

FORTALEZAS DEL COACH



RESPONSABILIDAD

Una vez que el coach ha desarrollado una mayor conciencia de sí mismo puede ayudar a su coachee a hacerse cargo de su situación, puede asumir la responsabilidad de sus acciones, elecciones y resultados. Esto implica reconocer que tiene el poder de influir en su vida y que sus acciones y decisiones tienen consecuencias.



APRENDIZAJE

El aprendizaje es una pieza fundamental en el coaching, y el coach tiene un papel importante en facilitar este proceso de adquisición de conocimiento y desarrollo de habilidades por parte del coachee (cliente de coaching).

El aprendizaje es esencial en el coaching



COMUNICACIÓN EFECTIVA

La comunicación efectiva es una habilidad fundamental en el coaching y desempeña un papel esencial en la construcción de relaciones laborales y personales exitosas, por ello es tan relevante que el Coach maneje con efectividad la comunicación para acompañar al coachee a adquirir esa fortaleza

HABLEMOS DE RESPONSABILIDAD

Una vez que el coachee ha desarrollado una mayor conciencia de sí mismo y de su situación, puede asumir la responsabilidad de sus acciones, elecciones y resultados. Esto implica reconocer que tiene el poder de influir en su vida y que sus acciones y decisiones tienen consecuencias. La responsabilidad no significa culparse a sí mismo, sino reconocer que puede tomar medidas para cambiar o mejorar su situación.



¿QUÉ IMPORTANCIA TIENE EL APRENDIZAJE?

En muchas sesiones de coaching, el coachee adquiere herramientas y estrategias prácticas que pueden aplicar en su vida personal o profesional. Estas herramientas pueden incluir habilidades de comunicación, gestión del tiempo, resolución de conflictos, toma de decisiones, entre otras. También puede incluir el análisis de problemas, la identificación de soluciones y la implementación de planes de acción.

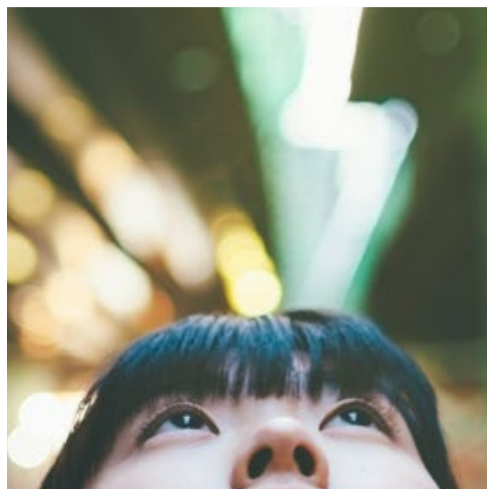
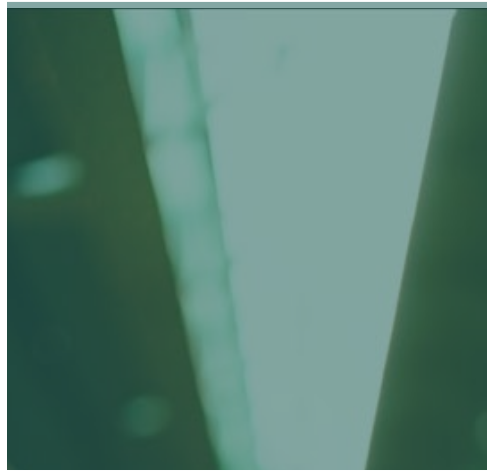


¿ES TAN IMPORTANTE LA COMUNICACIÓN?

La comunicación efectiva es esencial para negociar y llegar a acuerdos claros y mutuamente aceptables. En el coaching, esto puede incluir la elaboración de planes de acción, compromisos y objetivos específicos.

También, La comunicación efectiva permite al coachee encontrar en los desafíos una manera constructiva y encontrar soluciones en coordinación con el Coach.





Tema 4. ¿Cómo crear tú práctica profesional de coaching?

MODELO DE APRENDIZAJE DEL COACHING

1. ¿QUE SIGUE...?

- ❖ Empezar a trabajar como Coach.
- ❖ Conociendo mi Nicho
- ❖ ¿Dónde empezar?



2. ¿ADQUIRIENDO EXPERIENCIA?



COMPARTIR MI CERTIFICACIÓN



3. MARCA PERSONAL

- ❖ Propósito que me mueve.
- ❖ ¿Qué ofrezco, que sea atractivo?.
- ❖ ¿Qué valores me sustentan?
- ❖ Hacer un logotipo que llegue al mercado que pretendo.



4. UNA BUENA HOJA DE VIDA (CV)

- ❖ Sencillo
- ❖ Profesional
- ❖ Que transmita seguridad
- ❖ Todo suma
- ❖ Hay modelo que puedo replicar
- ❖ Propósito
- ❖ Valores

Recursos:

<https://blog.hubspot.es/sales/elevator-pitch>

<https://blog.hubspot.es/marketing>

<https://blog.hubspot.es/website>





- ❖ Covey, S. R. (Autor); "Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva." Editorial Paidós(2004).
- ❖ Goleman, D. (Autor), "Inteligencia emocional." Editorial Kairós(1995).
- ❖ Rogers, C. R. (Autor) "Un enfoque centrado en la persona." Ediciones Paidós (1980).
- ❖ Brown,B.(Autor). "La valentía deservulnerable." Ediciones Urano (2010).
- ❖ Whitmore, J. (2017). "Coaching for Performance: The Principles and Practice of Coaching and Leadership." Nicholas Brealey Publishing.
- ❖ Alexander, G., & Renshaw, P. (2005). "Great Answers to Tough Questions at Work." Nicholas Brealey Publishing.



Hemos llegado!!

Al final de la ruta teórica, todos los que hemos colaborado a que esto sea posible, nos sentimos orgullosos de ustedes, y de su compromiso. Les deseamos un camino lleno de bienestar y de propósito y que este viaje juntos, nos permita lograr una vida llena de significado.