

EXPEDIENT: PT20190072

ACCIÓ FORMATIVA: Eines de Coaching Nivell 1

Nº ACCIÓ: 14 DURADA: 30 h MODALITAT: PRESENCIAL

Objectiu:

- 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 amb 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 plà 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 i com potenciar-les.