



Red Internacional de  
Educación Emocional  
y Bienestar

# Formaciones en Coaching de la RIEEB



## Postgrado en Coaching y Liderazgo Emocional

En un mundo donde las competencias emocionales son esenciales para el éxito y el bienestar, el coaching se erige como una herramienta indispensable para el desarrollo de la educación emocional en empresas, en la educación, en la familia, en la sociedad, en la salud y en lo personal.

En este contexto, el Coaching se ha posicionado como una **metodología eficaz** que facilita cambios positivos a fin de que las personas puedan conseguir sus objetivos más rápidamente.

Es un **proceso vivo** de descubrimiento, adaptable a las necesidades, puntos de mejora y fortalezas detectadas.

El **objetivo fundamental** del Coaching es mejorar el desempeño; sin embargo, lo importante es concretar cómo conseguirlo (Whitmore, 2005).

Uno de los factores que determinan la calidad de un proceso es afrontar la preparación para los procesos de toma de decisiones que el *coachee* debe realizar para el desarrollo de su carrera profesional.

Hay que prepararlo para que pueda asumir este proceso **con las mayores garantías de éxito**, no solo desde el punto de vista **competencial** (saber tomar la decisión y llevarla a la práctica), sino también **afectivo-emocional** (tener en cuenta los aspectos emocionales que entran en juego) y **social** (gestionar de forma efectiva las relaciones interpersonales implicadas).



## **Pero... ¿En qué nos puede ayudar exactamente formarnos en Coaching?**

A continuación, la Dra. Meritxell Obiols comparte 20 argumentos por los que el Coaching puede resultar clave para el desarrollo de la Educación Emocional de forma efectiva y exitosa en cualquier ámbito profesional:

- 1. Reconocimiento de emociones:** el coaching facilita el proceso de aprender a reconocer y comprender nuestras emociones, lo que es esencial para gestionarlas adecuadamente.
- 2. Comunicación efectiva:** a través de un proceso de coaching, aprendemos a expresarnos de manera clara y constructiva, mejorando así nuestras relaciones.
- 3. Resolución de conflictos:** el coaching nos brinda la posibilidad de desarrollar las habilidades necesarias para resolver conflictos de manera pacífica y empática.
- 4. Toma de decisiones:** el acompañamiento de un/a coach nos ayuda a tomar decisiones basadas en la inteligencia emocional, lo que resulta en elecciones más acertadas y satisfactorias.
- 5. Empatía:** la empatía es una competencia fundamental en la educación emocional, y el coaching la fomenta de manera efectiva.
- 6. Autoconocimiento:** el coaching nos invita a explorar mediante preguntas poderosas quiénes somos emocionalmente, lo que nos lleva a un mayor autoconocimiento y autenticidad.
- 7. Metas y objetivos claros:** el coaching nos ayuda a establecer metas emocionales claras y desarrollar estrategias para alcanzarlas.
- 8. Reducción del estrés:** la gestión emocional desarrollada a lo largo de un proceso de coaching puede reducir significativamente el estrés en las áreas de la vida donde nos está afectando.
- 9. Mejora en la toma de decisiones:** en el ámbito empresarial, el coaching emocional potencia la capacidad de los líderes para tomar decisiones acertadas y orientadas al bienestar de sus equipos.

**10. Relaciones laborales positivas:** el coaching promueve la empatía y la comunicación efectiva en el trabajo, lo que lleva a relaciones laborales más saludables.

**11. Educación emocional en el aula:** en el ámbito educativo, el coaching puede ayudar a los alumnos a manejar sus emociones y mejorar su rendimiento académico.

**12. Fortalecimiento de la autoestima:** el coaching es probablemente la mejor herramienta para elevar la autoestima de las personas, lo que es crucial en el ámbito profesional, así como en el personal y familiar.

**13. Prevención del agotamiento:** en el ámbito de la salud, el coaching puede ayudar a prevenir el agotamiento y promover un equilibrio emocional y físico.

**14. Manejo de crisis:** el coaching facilita a las personas a poder afrontar situaciones de crisis con resiliencia y determinación.

**15. Creación de ambientes de apoyo:** en el ámbito social, el coaching puede ser utilizado para fomentar la creación de comunidades más solidarias y empáticas.

**16. Liderazgo consciente:** en el entorno empresarial, el coaching promueve el liderazgo consciente, que se basa en la inteligencia emocional y la empatía.

**17. Fomento de habilidades para educar en el ámbito familiar:** en la educación emocional en la familia, el coaching puede ayudar a los padres a comprender y apoyar mejor las necesidades emocionales de sus hijos y dar mejor respuesta a ellas.

**18. Resolución de bloqueos específicos:** el coaching puede ser una herramienta valiosa para superar algún bloqueo específico (por ejemplo, hablar en público) y avanzar hacia una vida más plena y satisfactoria en todos los sentidos.

**19. Desarrollo de resiliencia:** la resiliencia es una competencia clave en la educación emocional, y el coaching es efectivo para su desarrollo.

**20. Crecimiento personal y profesional:** en resumen, el coaching es una herramienta versátil y poderosa que puede transformar nuestras vidas en todos los ámbitos, fomentando un mayor desarrollo emocional, relaciones más saludables y un mayor bienestar personal y colectivo.

## Programa formativo dirigido por la Dra. Meritxell Obiols

“

"Si hay una palabra que define cualquier proceso de Coaching, ésta es, sin duda, **cambio**. El cambio es el motor que da sentido a cualquier proceso de Coaching."

Dra. Meritxell Obiols



Doctora en Ciencias de la Educación y especialista en Coaching, Inteligencia Emocional y Liderazgo en el ámbito de las organizaciones.

Utiliza la metodología Coaching para el desarrollo de competencias emocionales y habilidades directivas de líderes y profesionales de todos los sectores.

Su impacto se traduce en el crecimiento integral de las personas y equipos, la mejora del clima laboral, del rendimiento y efectividad de los equipos, así como la mejora de los resultados de la organización. Entiende la Educación Emocional como un aprendizaje de ciclo vital y como el recurso más poderoso para propiciar el bienestar de las personas, tanto en el entorno profesional como personal.

## Nuestro equipo de expertas y expertos



**Meritxell Obiols**  
Marco teórico y  
metodología del Coaching.  
Dirección y supervisiones.



**Joan Quintana**  
Herramientas relacionales  
y sistémicas para mejorar  
la comunicación



**Antoni Giner**  
Coaching en el ámbito  
educativo y con  
familias



**César Fernández**  
Coaching de equipos y  
Coaching en las organizaciones



**Vivian Acosta**  
Coaching y desarrollo de  
liderazgos



**Carme Pujol**  
Herramientas de la  
Comunicación NoViolenta



**Baldi Figueras**  
Herramientas para la  
resolución de conflictos



**Ofelia Santiago**  
Coaching político



**Júlia Peris**  
Coaching, creatividad y  
pensamiento narrativo



**Santiago Vázquez**  
Coaching y Psicología Positiva



**Natalia Sylvia Ramos**  
Coaching y gestión  
emocional consciente



**José Pedro García**  
Coaching y marca personal

## Conoce un poco más nuestro Postgrado en Coaching y Liderazgo Emocional

El objetivo de este postgrado es proporcionar el marco teórico en el que se basa el Coaching y recursos y herramientas que aporta esta metodología para ser aplicadas en los contextos tanto personales como profesionales.

A su vez, mediante el proyecto de fin de postgrado podrás experimentar dos procesos de Coaching como coach en prácticas con la supervisión y apoyo de la Dra. Meritxell Obiols, directora del postgrado.

### ¿Qué incluye este postgrado?

- Material formativo de las sesiones y recursos complementarios.
- Bibliografía de cada temática.
- Actividades prácticas.
- Pruebas evaluativas del curso.

### Aspectos relevantes del programa:

- Modalidad: on-line.
- Duración: 6 meses.
- Horario: las sesiones inician a las 19h (hora española) y terminan a las 21h/22h según la sesión (consultar calendario en la siguiente sección).
- Coste: 1650€ / 1500€ para socios/as de la RIEEB. **¡Ahora con un 10% hasta cubrir las 4 plazas restantes!** Consulta [la página web](#).



Posgrado de Coaching y Liderazgo Emocional				
Sesión	Docente	Fecha	Hora	hs
<b>Módulo 1. Marco Conceptual del Coaching</b>				
Concepto de coaching, fundamentos históricos y teóricos	Meritxell Obiols	23/01/24	19- 21h	2
Competencias básicas del coach	Meritxell Obiols	30/01/24	19- 21h	2
Fases de la conversación de Coaching	Meritxell Obiols	06/02/24	19- 21h	2
Metodología del proceso de Coaching	Meritxell Obiols	20/02/24	19- 21h	2
Metodología del proceso de Coaching. Código ético del coach. Cuestionarios y tests	Meritxell Obiols	22/02/24	19- 21h	2
<b>Módulo 2. TFP (Trabajo Final de Postgrado)</b>				
El proyecto de fin de postgrado: Estructura, puesta en práctica y evaluación	Meritxell Obiols	27/02/24	19- 21h	2
<b>Módulo 3. Herramientas del coaching para el desarrollo de competencias emocionales</b>				
Herramientas para potenciar la autoestima	Meritxell Obiols	05/03/24	19-21h	2
Herramientas para la resolución de conflictos	Baldí Figueres	12/03/24	19-21h	2
Herramientas relacionales y sistémicas para mejorar la comunicación interpersonal	Joan Quintana	19/03/24	19-21h	2
Herramientas de la Comunicación No Violenta	Carme Pujol	26/03/24	19-21h	2
<b>Módulo 4. Entornos de aplicación del coaching</b>				
Coaching de equipos y coaching grupal. Coaching en las organizaciones	César Fernández	02/04/24	19-21h	2
Coaching en el ámbito educativo y con familias	Antoni Giner	09/04/24	19-21h	2
Coaching político	Ofelia Santiago	16/04/24	19-21h	2
Coaching, creatividad y pensamiento narrativo	Júlia Peris	30/04/24	19-21h	2
<b>Módulo 5. Coaching y liderazgo emocional</b>				
Coaching y desarrollo de liderazgos	Vivian Acosta	07/05/24	19-21h	2
Coaching y gestión emocional consciente	Natalia Ramos	14/05/24	19-21h	2
Coaching y Psicología Positiva	Santiago Vázquez	21/05/24	19-21h	2
Coaching y marca personal	José Pedro García	28/05/24	19-21h	2
<b>Módulo 6. Supervisión</b>				
Supervisión grupal de casos de coaching de prácticas llevados paralelamente durante el curso	Meritxell Obiols	04/06/24	19-21h	2
Supervisión grupal de casos de coaching de prácticas llevados paralelamente durante el curso	Meritxell Obiols	11/06/24	19-21h	2
*Este calendario está sujeto a cambios organizativos.				



## Términos y condiciones

### **Pago**

– El pago se realizará a través de la página web. En caso de querer hacer una transferencia bancaria, escribe solicitando los datos a [proyectos@rieeb.com](mailto:proyectos@rieeb.com).

### **Certificados:**

– Postgrado: acreditación formativa de la RIEEB en caso de aprobar todos los módulos y el proyecto de final de postgrado.  
– Módulos individuales: certificado de asistencia.

### **Políticas económicas:**

– Una vez formalizado el pago, el/la alumno/a que por motivos personales no pueda seguir adelante, deberá comunicarlo con un plazo de 30 días previo al inicio de la formación y podrá solicitar un aplazamiento de matrícula.

### **Módulos individuales:**

– En caso de haber cursado alguno de los módulos individuales y querer sumarse al postgrado, ese módulo le quedará convalidado a efectos académicos y económicos.

**¡Te estamos esperando!**

**[proyectos@rieeb.com](mailto:proyectos@rieeb.com)**