RIEEB
Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar

Formaciones en Coaching

de la RIEEB

© 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).

© RIEEB

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.

© RIEEB

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.

© RIEEB

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.

© RIEEB

Nuestro equipo de expertas y expertos

Meritxell Obiols

Dirección académica

Marco teórico, fundamentos y metodología del Coaching
Dirección y supervisiones.

Júlia Peris

Coordinación

Coaching y lenguaje
Coaching narrativo y emocional
Coaching y mi proyecto

César Fernández

Coaching de equipos y en las organizaciones

Antoni Giner

Coaching educativo y con familias

Baldi Figueras

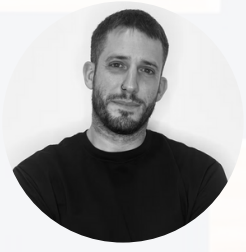
Coaching y resolución de conflictos

Carme Pujol

Coaching y Comunicación NoVIolenta

Vivian Acosta

Coaching y desarrollo de liderazgos



Pau Quintana

Coaching relacional

Natalia Sylvia Ramos

Coaching y gestión emocional consciente

© RIEEB

Conoce un poco más nuestro

Posgrado en Coaching y Liderazgo Emocional

El objetivo de esta formación 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 curso 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 esta formación?

- Material formativo de las sesiones y recursos complementarios.
- Bibliografía de cada temática.
- Supervisiones grupales.

Aspectos relevantes del programa:

- Modalidad: on-line.
- Duración: 6 meses.
- Horario: las sesiones inician a las 19h (hora española) y terminan a las 21h (consultar calendario en la siguiente sección).
- Coste: 1650€ / 1500€ para socios/as de la RIEEB. Puede ofrecerse un pago fraccionado de hasta 3 pagos.

© RIEEB

Posgrado en Coaching y Liderazgo Emocional		
Sesión	**Docente**	**Fecha**
Módulo 1. Marco Conceptual del Coaching		
Concepto de coaching, fundamentos históricos y teóricos	Dra. Meritxell Obiols	20 o 27/01
Competencias básicas del coach	Dra. Meritxell Obiols	
Fases de la conversación de Coaching	Dra. Meritxell Obiols	
Metodología del proceso de Coaching I	Dra. Meritxell Obiols	
Metodología del proceso de Coaching II	Dra. Meritxell Obiols	
Metodología del proceso de Coaching III	Dra. Meritxell Obiols	
Módulo 2. TFP (Trabajo Final de Posgrado)		
Proyecto de fin de posgrado: Estructura, práctica y evaluación	Dra. Meritxell Obiols	
Módulo 3. Herramientas del coaching para el desarrollo de competencias emocionales		
Coaching y autoestima	Dra. Meritxell Obiols	
Herramientas para la resolución de conflictos	Sr. Baldi Figueres	
Coaching y lenguaje	Sra. Júlia Peris	
Coaching relacional	Sr. Pau Quintana	
Coaching narrativo y respuesta emocional	Sra. Júlia Peris	
Coaching y CNV	Sra. Carme Pujol	
Coaching y Mindfulness	Dra. Natalia Sylvia Ramos	
Módulo 4. Entornos de aplicación del coaching		
Coaching de equipos y coaching grupal. Coaching en las organizaciones	Dr. César Fernández	
Sesión de supervisión grupal de casos de coaching	Dra. Meritxell Obiols	
Coaching en el ámbito educativo y coaching con familias	Dr. Antoni Giner	
Coaching y liderazgo en las organizaciones	Sra. Vivian Acosta	
Sesión de supervisión grupal de casos de coaching	Dra. Meritxell Obiols	
Módulo 5. Sesión de orientación profesional		
Coaching y mi proyecto profesional	Sra. Júlia Peris	
Sesión de supervisión grupal de casos de coaching	Dra. Meritxell Obiols	
Módulo 6. Supervisión		
Dos sesiones de supervisión grupal de casos de coaching	Dra. Meritxell Obiols	
	Dra. Meritxell Obiols	
	Dra. Meritxell Obiols	
***Este calendario está sujeto a cambios organizativos.**		

© RIEEB

Términos y condiciones

Certificados:
- El certificado se consigue con la aprobación de todos los módulos y del proyecto de final de postgrado.
- Ésta es una formación acreditada por la institución de la RIEEB; por tanto, el certificado obtenido es de título propio.
- *Importante:* Con esta acreditación, se adquieren las competencias y la titulación necesarias para ejercer como coach.
– En caso de cursar los módulos y no el posgrado, lo que se obtiene es un certificado de asistencia.

Pago y políticas económicas:
– El pago se realizará a través de la página web. En caso de querer hacer una transferencia bancaria, escríbenos solicitando los datos.
– 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 para la siguiente edición.
-En caso de tener que detener la participación en la formación a mitad de curso y se quiera obtener la titulación, el o la alumna deberá inscribirse en una nueva edición abonando el porcentaje correspondiente a la parte del curso que haya quedado sin cursar.

Módulos individuales:
– En caso de haber cursado alguno de los módulos individuales y querer sumarse al posgrado posteriormente, el módulo le quedará convalidado a efectos académicos y económicos.

¡Te estamos esperando!

proyectos@rieeb.com

© RIEEB