

# COACHING Y MENTORING

REF: **K014**  
Horas: **15 horas**

## OBJETIVOS

- Distinguir entre el proceso de Coaching y Mentoring.
- Describir las razones para poner en marcha un proceso de coaching, las funciones y competencias que debe tener el Coach y las técnicas usadas en el coaching.
- Conocer las formas en que se acredita un Coach para el ejercicio de su profesión, los diversos procedimientos de acreditación existentes, así como las diferentes organizaciones que a nivel internacional agrupan a estos profesionales.
- Entender las competencias básicas que ha de dominar un Coach, y las normas de conducta que se suelen contemplar en un código deontológico para esta profesión.
- Conocer las diferentes técnicas e instrumentos empleadas en los procesos de coaching.
- Describir las razones para realizar un proceso de mentoring así como los roles del mentor.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

### 1. INTRODUCCIÓN

- 1.1. Origen del coaching
- 1.2. Coaching ejecutivo
- 1.3. Definición de los conceptos de Coaching y Mentoring
  - 1.3.1. Coaching
  - 1.3.2. Mentoring
- 1.4. Diferencias entre coaching y mentoring y con otros conceptos relacionados
  - 1.4.1. Diferencias entre coaching y mentoring
  - 1.4.2. Coach o entrenador
  - 1.4.3. Coach o terapeuta
  - 1.4.4. Coach o consultor
  - 1.4.5. Otros conceptos relacionados
- 1.5. Ventajas del Coaching y el Mentoring frente a otro tipo de entrenamiento

### 2. EL PROCESO DE COACHING

- 2.1. Por qué iniciar un proceso de coaching
- 2.2. El proceso de coaching. Sesiones básicas
  - 2.2.1. Contrato entre dos partes
  - 2.2.2. Elección de los directivos
  - 2.2.3. Primeras entrevistas y cuestionarios
  - 2.2.4. Diagnóstico, evaluación de competencias
  - 2.2.5. Contraste y fijación de objetivos
  - 2.2.6. Seguimiento del proceso

### 3. TIPOS DE COACHING

- 3.1. Clasificaciones
  - 3.1.1. Según su ámbito de aplicación
  - 3.1.2. Según la modalidad de las sesiones
  - 3.1.3. Según la metodología aplicada
- 3.2. El e-coaching
  - 3.2.1. Características
  - 3.2.2. Ventajas
  - 3.2.3. Proceso de coaching online

### 4. COMPETENCIAS DEL COACH

- 4.1. El coach y la empatía

- 4.2. Competencias básicas del Coach
  - 4.2.1. Establecer confianza e intimidad con el cliente
  - 4.2.2. Presencia del coaching
  - 4.2.3. Escucha activa
  - 4.2.4. Preguntas poderosas
  - 4.2.5. Comunicación directa
  - 4.2.6. Crear conciencia
  - 4.2.7. Diseñar las acciones
  - 4.2.8. Planificar y definir los objetivos
  - 4.2.9. Gestionar el progreso y la responsabilidad
- 4.3. Evaluación de competencias

## **5. HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS**

- 5.1. Herramientas
  - 5.1.1. Introducción
  - 5.1.2. Evaluar necesidades
  - 5.1.3. Conocer al coachee
  - 5.1.4. Aumentar la autoconciencia
  - 5.1.5. Aumentar el abanico de opciones
  - 5.1.6. Desarrollar y potenciar habilidades y técnicas
  - 5.1.7. Desafiar las creencias y actitudes limitantes
- 5.2. Las preguntas
- 5.3. Pruebas de conocimiento o de capacidad
- 5.4. Test psicométricos
- 5.5. Feedback 360º
- 5.6. Inteligencia emocional

## **6. ACREDITACIÓN DEL COACH**

- 6.1. Introducción
- 6.2. Cómo se acredita un Coach
- 6.3. Competencias básicas para obtener la acreditación de la ICF
- 6.4. Ética profesional y código deontológico
- 6.5. Otros ejemplos de acreditaciones, nacionales e internacionales
  - 6.5.1. Organizaciones españolas
  - 6.5.2. Organizaciones latinoamericanas

## **7. ORIENTACIÓN PROFESIONAL O MENTORING**

- 7.1. Definición de mentoring
- 7.2. Tipos de mentoring
- 7.3. El proceso de mentoring
- 7.4. El mentee
- 7.5. El mentor