

# Catàleg d'accions formatives

## 2018 Programes de Formació Transversal

ÀMBIT SECTORIAL : **Habilitats interpersonals o directives**

FAMÍLIA PROFESSIONAL : **Administració i gestió**

ÀREA PROFESSIONAL : **Consultoria empresarial**

### Observacions:

### NOM DE L'ACCIÓ: **Eines de coaching nivell 1**

**Grup AF:** ADGC104    **Grup Ampliat:** 2016    **Hores:** 30    **Nivell:** Bàsic    **Novetat 2018:**

### Objectius:

Objectius:

- 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 entre 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 pla 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, com potenciar-les.
  - 6.2. Emocions que obstaculitzen un procés de coaching, com regular-les.

### Observacions:

Objectius i continguts modificats