

PROGRAMA ONLINE DE COACHING

Curso Certificado por la Universidad San Jorge

110 HORAS

6 MESES

4 ECTS

EL COACHING COMO HERRAMIENTA PARA LA MEJORA DE LA EDUCACIÓN

Vivimos en un mundo profundamente globalizado donde los cambios se suceden de forma rápida y constante. Cambios que están afectando a nuestra vida personal y profesional y que están modificando la forma de comunicarnos, la manera en que consumimos información, la forma de relacionarnos... y también la forma en que aprendemos y enseñamos.

Los profesores han dejado de ser transmisores de conocimiento para pasar a ser facilitadores y mediadores de aprendizaje. Su función ahora no es tanto “enseñar” unos conocimientos, como ayudar a los alumnos a “aprender a aprender” de manera autónoma, para que sean capaces de promover su desarrollo cognitivo y personal y de descubrir, por sí mismos, lo que realmente necesitan para construir su itinerario profesional.

Este nuevo escenario requiere de profesores cada vez más formados, con una preparación más amplia y profunda, capaces de cambiar la dinámica de aprendizaje y de contribuir a mejorar la calidad de la enseñanza como pilar fundamental para el desarrollo de nuestra sociedad.

El aprendizaje de técnicas de desarrollo personal es, pues, esencial para el buen funcionamiento del docente en el aula. Y en este sentido, el coaching se convierte en una poderosa herramienta de cambio que permite orientar a la persona hacia el éxito, facilitándole de este modo la consecución de sus objetivos y proporcionándole mejoras en sus competencias, habilidades, motivaciones y actitudes.

RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL SECTOR DE LA ENSEÑANZA

El coaching se convierte, igualmente, en una herramienta fundamental para prevenir y tratar los riesgos psicosociales que están afectando especialmente a los profesionales del sector de la enseñanza.

El síndrome de burnout (también llamado “síndrome de agotamiento profesional” o “síndrome de estar quemado por el trabajo”) es la respuesta individual a una situación de estrés laboral prolongado en el tiempo. Identificado como riesgo psicosocial emergente, el burnout se caracteriza por un progresivo agotamiento tanto físico como mental, una falta de motivación para llevar a cabo las tareas y una actitud de desinterés en relación al trabajo.

Pero las consecuencias del burnout pueden ser mucho más graves, pudiendo afectar en diferentes grados a la salud del trabajador (desde insomnio hasta depresión, ansiedad o problemas cardiovasculares), así como a su entorno más inmediato y a su rendimiento laboral en términos de baja productividad, absentismo laboral, mal ambiente de trabajo, conflictos interpersonales...

A pesar de que el desarrollo de este síndrome no está directamente relacionado con el sector o la profesión, los estudios muestran una mayor prevalencia en colectivos profesionales cuya actividad principal se centra en prestar ayuda o servicio a otras personas, como por ejemplo los profesionales de la enseñanza.

DESCRIPCIÓN

Programa de coaching 100% online formado por 2 módulos de 6 meses y 110 horas cada uno que tiene, como objetivo fundamental, facilitarte conocimientos, técnicas y herramientas para tu desarrollo personal y profesional así como para aumentar tu bienestar físico y mental.

Objetivos específicos del programa:

- Identificar los puntos fuertes de uno mismo para poder hacer uso de los mismos. Como consecuencia, aprender a identificar los puntos fuertes de los alumnos.
- Mejorar la resolución de problemas y la toma de decisiones.
- Aumentar el rendimiento profesional.
- Encontrar equilibrio entre la vida laboral y la personal.
- Aprender a tener un mayor control de la respiración y de la tensión muscular.
- Aprender a analizar los pensamientos y sentimientos, según las situaciones que los han provocado.
- Aprender a poner a prueba los pensamientos para hacer que sean más positivos.
- Conocerse mejor a sí mismos.
- Explorar y analizar cuáles son los objetivos vitales, en referencia a diferentes áreas.
- Analizar el estilo comunicativo.
- Aprender a identificar los diferentes estilos comunicativos.
- Aprender a explorar, identificar y trabajar con las emociones de uno mismo (inteligencia emocional), así como a gestionar las emociones negativas.
- Conseguir un mayor control del cuerpo y la mente a través de ejercicios de relajación como el "Mindfulness".
- Integrar los ejercicios de relajación a la vida cotidiana.
- Mejorar la gestión del tiempo.
- Mejorar el estilo comunicativo: aprender a comunicarse de manera asertiva.
- Mejorar las habilidades de comunicación (verbal y no verbal).
- Aumentar la motivación y compromiso laboral.
- Promover entre los compañeros la motivación y el compromiso laboral.
- Explorar el ajuste de la persona con su trabajo.
- Aprender a promover una buena atmósfera en el aula.

A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO

Programa dirigido tanto a profesionales del ámbito educativo (de todas las etapas educativas), como a todas aquellas personas que quieran desarrollar sus fortalezas y recursos, reflexionar sobre los diferentes ámbitos de su vida y aprender técnicas que les ayuden a dar lo mejor de sí mismos en el día a día, tanto en el ámbito profesional, como en el personal.

Para acceder al Programa online de coaching II es imprescindible haber hecho previamente el Programa online de coaching I.

METODOLOGÍA DEL PROCESO DE COACHING

El proceso de coaching se desarrolla en las siguientes fases: una evaluación inicial, una fase de elección de los temas a tratar según necesidades e intereses y un programa de sesiones de coaching.

A continuación, describiremos con más detalle cada una de las fases:

El proceso de evaluación está basado en instrumentos científicamente validados para la evaluación de los riesgos psicosociales, así como también de habilidades y competencias, y te proporciona informes personales de manera inmediata, con información que te permite conocer tu estado en relación a los factores evaluados.

En la segunda fase, se seleccionan las sesiones que compondrán el programa. A partir de los resultados de la evaluación inicial, se proponen una serie de sesiones (la mitad de las sesiones) que se ajustan a las necesidades individuales. De manera adicional, se pueden escoger la otra mitad de las sesiones, en función de los intereses personales.

El programa de sesiones y tareas de coaching consta de una serie de sesiones semanales con una duración aproximada de 30-45 minutos. En estas sesiones se te invita a reflexionar sobre temas que te hayamos sugerido (como resultado de la evaluación), y los que hayas escogido según tus intereses. En las sesiones aprendes técnicas para hacer una mejor gestión del mismo y se promueve el desarrollo de fortalezas iniciándose, así, un proceso de crecimiento personal y profesional.

Para conseguir un cambio en la situación actual y experimentar una mejora no basta con llevar a cabo las sesiones semanales, sino que es necesario un esfuerzo más constante. Por eso, cada sesión tiene una serie de tareas asociadas en las cuales se invita a poner en práctica en el día a día, los conocimientos y las técnicas aprendidas durante las sesiones semanales con el fin de interiorizarlos.

Las técnicas aprendidas durante las sesiones se incluyen en una “caja de herramientas” el acceso a las cuales es indefinido: podrás disponer de todas las técnicas que has aprendido, y utilizarlas tantas veces como desees. La finalidad de las herramientas es posibilitar la automatización de los procesos subyacentes y, así, promover el cambio y el bienestar.

El programa se ajusta a las necesidades e intereses individuales, a través de re-evaluaciones sistemáticas a partir de las cuales se ajusta la temática de las siguientes sesiones.

Además, el programa cuenta con un apartado de establecimiento de objetivos. Éste tiene como finalidad asistirte mientras escoges las fortalezas que quieres desarrollar y los problemas que te gustaría solucionar a través del programa de coaching. Como resultado del establecimiento de objetivos, obtienes tu plan de coaching personal. Dado que se trata de un proceso dinámico, puedes ir ajustándolo a tu medida, según vayas progresando.

EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO PERSONALIZADO

Además de la evaluación inicial, el Programa online de coaching cuenta con un sistema integrado de evaluación y seguimiento del progreso de los usuarios, que consta de:

- Evaluación objetiva: se realiza mediante instrumentos científicamente validados. Te evaluaremos antes de iniciar el programa, durante todo el programa y al finalizarlo.
- Evaluación subjetiva: se realiza con una periodicidad semanal y mide tu estado de ánimo, así como también tu progreso en relación a la consecución de objetivos. Además, podrás hacer un seguimiento de tu evolución semanal, tanto de las sesiones y tareas, como del progreso en la consecución de los objetivos establecidos.

COACH PERSONAL

En todo momento un Coach personal estará disponible a través de la plataforma para apoyarte en tu proceso de coaching.

CERTIFICACIÓN

Curso certificado por la Universidad San Jorge, válido como méritos para las Oposiciones a la Función Pública Docente (RD 276/2007) y Concurso General de Traslados (RD 1364/2010, de 29 de octubre y Orden EDU/2842/2010, de 2 de noviembre). La baremación y reconocimiento dependerá de las características específicas de las Oposiciones en las diferentes Comunidades Autónomas. Los alumnos que superen con éxito este curso, recibirán un certificado expedido directamente por la Universidad San Jorge, con el reconocimiento de 4 créditos europeos ECTS y 110 horas.

CONVOCATORIA

18/10/2016 a 16/04/2017 (6 meses / 110 horas / 4 ECTS).

PRECIO

AFILIADOS

CURSO	PRECIO
Programa online de coaching I	265 €
Programa online de coaching II	265 €

O AFILIADOS

CURSO	PRECIO
Programa online de coaching I	325 €
Programa online de coaching II	325 €

Infórmate para [AFILIARTE A USO](#).

INSCRIPCIONES

Envíanos cumplimentado el siguiente [FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN](#).

El plazo de inscripción finaliza 24 horas antes de la fecha de inicio del curso.

Nº DE PLAZAS

75

NETPARTNER Y LA UNIVERSIDAD SAN JORGE

NetPartner y la Universidad San Jorge (USJ) tienen suscrito un convenio marco de colaboración con el objeto de posibilitar la colaboración académica y científica entre ambas instituciones contemplando, entre otros aspectos: la realización de actividades docentes, educativas y de investigación, realización y organización conjunta de actividades formativas (cursos, congresos, seminarios...), realización de estudios y proyectos de investigación y asesoramiento mutuo e intercambio de información y documentación.

La oferta formativa amparada por el presente convenio cumple las exigencias de nivel de calidad establecidas en el Sistema de Garantía Interna de Calidad de la USJ en lo referente a: diseño del programa, estructura y contenidos del plan de estudios, perfil del alumno, metodologías y enseñanza-aprendizaje, sistemas de evaluación, idoneidad del profesorado, recursos para la docencia y servicios de apoyo al alumnado.



OTROS CURSOS QUE TE PODRÍAN INTERESAR

CURSO
Curso online de inglés
Curso online de preparación examen Cambridge English First (FCE)
Curso online de preparación examen Cambridge English Advanced (CAE)
Curso online de metodología AICLE/CLIL
Curso online de competencias transversales para el desarrollo profesional docente
Curso online de competencias digitales para docentes
Curso online de gamificación aplicada a la educación
Curso online de diversidad en el aula
Curso online de gestión de las emociones en el aula

+INFO: www.mylearning.es/feuso/info



INFORMACIÓN

www.mylearning.es/feuso/info

911594710