

## PROGRAMA DE MENTORING 2019

### XIII EDICIÓN – SEGUNDO SEMESTRE

#### COACHING: QUÉ ES Y CÓMO INICIARSE

#### BIO PÍA PEÑA - Mentora

Tras 28 años trabajando en BBVA en Londres y Madrid como Secretaria de Alta Dirección en diferentes áreas y también como administrativo, hace 2 años decidí tomar una nueva ruta en mi vida hacia el mundo del Coaching.

La cercanía que me daba mi trabajo a los altos directivos me ayudó a conocerlos y sobre todo a conocer al ser humano que hay detrás, que a veces no vemos. Esto me ha dado ventajas en mi nuevo trabajo.

Estudié coaching en la Escuela Europea de Coaching en Madrid y en Barefoot Coaching en Londres. Ahora trabajo en inglés y español y vivo en Madrid.

Estudié Información y Turismo en León, mi lugar de origen, de allí me fui a vivir en Londres. Mas tarde viví también en Singapur, Tokio y Nueva York.

#### DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

Este programa está orientado a las personas que tengan curiosidad sobre qué es el Coaching o estén pensando en dedicarse al Coaching y tengan dudas o precisen algún tipo de orientación.

#### OBJETIVOS DEL PROGRAMA

El objetivo principal es profundizar en:

- Conocimiento claro y preciso de lo que es el Coaching, orígenes y desarrollo
- Tipos de Coaching
- Escuelas de Coaching
- Cualificaciones y distintos cuerpos reguladores
- Herramientas

## CONTENIDO DE LAS SESIONES

### **Sesión 1:**

¿Qué es el Coaching? Orígenes

Funciones de un Coach

Diferencias entre Coaching, Mentoring, Consulting, Psicología, Psiquiatría...

Estructura de un proceso de Coaching

Herramientas

### **Sesión 2:**

Organismos reguladores: ICF, IAC (internacionales) y ADESCO (nacional).

Titulación

Código ético

Herramientas

### **Sesión 3:**

Escuelas de Coaching, cuáles y cuánto.

Tipos de Coaching: Ejecutivo, Personal, Salud, Adolescentes, Equipos, Amor.....

Fases de la conversación del Coaching

Herramientas

### **Sesión 4:**

Distinciones

Comunicación no verbal

Mindfulness

Feedback

Bibliografía

Herramientas

---

## IMPARTICIÓN DE LAS SESIONES

**Modalidad** Presencial

**Impartición:**

- **Sesión 1** – Lunes, 21 de octubre 19:00 a 21:00, lugar pendiente de acordar
- **Sesión 2** – Lunes, 4 de noviembre 19:00 a 21:00 lugar pendiente de acordar
- **Sesión 3** – Lunes, 18 de noviembre 19:00 a 21:00 lugar pendiente de acordar
- **Sesión 4** - Lunes, 16 de diciembre 19:00 a 21:00 lugar pendiente de acordar

**Tiempo necesario a invertir por parte del mentee:** El que quiera emplear leyendo sobre la información que se dé en la sesión. Enviaré apuntes después de las sesiones para que les pueda ayudar

**Requisitos para mentees:** Curiosidad y ganas de aprender