

Curso superior de Coaching y Mentoring



Plan de estudios



MEDITERRÁNEA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

MEDITERRANEA PSICOLOGY SCHOOL



ÍNDICE

Pág.3	Bienvenida del Director
Pág.4	Sobre EM Psicología
Pág.5	Presentación del Curso superior
Pág.5	- Descripción
Pág.5	- A quién va dirigido
Pág.5	- Salidas profesionales
Pág.6	- Objetivos
Pág.6	- Características
Pág.7	- Programa
Pág.9	- Titulaciones
Pág.9	Financiación

Metodología

Gracias al Método Mediterránea, diseñado para aportar al alumno las máximas facilidades durante sus estudios y acercarle a la consecución sus objetivos profesionales, garantizamos una formación de primer nivel para un futuro brillante.

El Método Mediterránea surge de combinar los elementos que permiten que cualquier persona consiga especializarse, adquiriendo la formación de calidad y las competencias personales y profesionales que acercarán a nuestros alumnos a conseguir el trabajo de sus sueños. En la Escuela Mediterránea de Psicología, la cercanía y el trato directo con nuestros alumnos son nuestras premisas, por lo que, a pesar de la modalidad online, siempre estarás acompañado.

Contáctanos

 951 74 30 10

 info@empsicologia.com

 empsicologia.com



*Formación de primer nivel
para un futuro brillante*

Bienvenida

Soy Manuel Calero, CEO de la Escuela Mediterránea de Psicología y, junto a mi equipo, quiero ayudarte a lograr tus objetivos profesionales a través de la formación superior.

En nuestra escuela de Psicología encontrarás una gran variedad de Masters, Postgrados y Cursos Superiores que te permitirán especializarte en diferentes disciplinas dentro de la Psicología. Además, ponemos a tu disposición nuestros Cursos de autoayuda, para impulsarte a ser la mejor versión de tí mismo.

Nuestra metodología online combina la eficiencia de las nuevas tecnologías con el trato humano y el seguimiento personalizado de nuestros tutores, para que puedas compaginar tus estudios con tus necesidades personales, y sacar el máximo partido de tu paso por la escuela.

En la Escuela Mediterránea de Psicología podemos ayudarte a convertirte en el profesional que deseas ser, proporcionándote todas las herramientas necesarias para conseguirlo.

Manuel Calero

EM Psicología

La Escuela Mediterránea de Psicología nace en el seno de un grupo empresarial con más de 30 años de experiencia en el sector de la educación, pionero en formación online y a distancia, con el objetivo de ofrecer programas de calidad que permitan a nuestros alumnos especializarse en diferentes áreas de la Psicología, disfrutando, a su vez, de todas las facilidades posibles.

Con nuestra metodología 100% online, buscamos que nuestros estudiantes nunca tengan que renunciar a formarse, ya sea por tiempo, localización, situación personal, laboral, o incluso económica. Podrás conectarte al campus siempre que quieras y desde el dispositivo que prefieras, teniendo los contenidos disponibles cuando los necesites. Además, podrás financiar tus programas en cómodos plazos.

En nuestra escuela disfrutarás de todas estas ventajas sin que esto perjudique tu experiencia formativa, ya que el trato humano del equipo de Mediterránea, así como de los tutores, estará siempre presente. Podrás contar con profesionales en activo y altamente cualificados que te ayudarán en todo lo que necesites.

Curso superior de Coaching y Mentoring



Descripción

La motivación y la satisfacción personal de las personas es cada vez más valorada en empresas y organizaciones, y se considera esencial para el buen funcionamiento de cualquier grupo social. Así, es esencial contar con profesionales capacitados para guiar a las personas a dar lo mejor de sí mismas, y gracias a programas como el Curso superior de Coaching y Mentoring de la Escuela Mediterránea de Psicología, es posible.

¿A quién va dirigido?

El Curso superior de Coaching y Mentoring es perfecto para profesionales, graduados o estudiantes de Psicología, así como del sector empresarial, que quieran especializarse Recursos Humanos o sustentar puestos directivos.

Salidas Profesionales

Gracias a la formación obtenida en el Curso superior de Coaching y Mentoring, podrás trabajar como Coach profesional, Mentor, o entrar al departamento de Recursos Humanos de cualquier empresa.

Objetivos

El objetivo del Curso superior de Coaching y Mentoring de la Escuela Mediterránea de Psicología te aportará los conocimientos y habilidades necesarias para conseguir que personas, tanto de forma individual como en grupo, logren aprovechar su máximo potencial en cualquier actividad.

En este programa formativo encontrarás un temario completo y actualizado con el que estudiarás en profundidad cómo implementar técnicas de Coaching y Mentoring para ayudar a personas a lograr la satisfacción personal y profesional que buscan.

Características



Modalidad
ONLINE



Duración
200h



Precio
295€



Master
Classes



Bolsa de
Empleo



Plazo
2 MESES

Programa

MÓDULO 1: COACHING Y MENTORING

1. Introducción
 - 1.1. Origen del coaching
 - 1.2. Coaching ejecutivo
 - 1.3. Definición de los conceptos de Coaching y Mentoring
 - 1.4. Diferencias entre coaching y mentoring y con 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
3. Tipos de coaching
 - 3.1. Clasificaciones
 - 3.2. El e-coaching
4. Competencias del coach
 - 4.1. El coach y la empatía
 - 4.2. Competencias básicas del Coach
 - 4.3. Evaluación de competencias
5. Herramientas e instrumentos
 - 5.1. Herramientas
 - 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
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

MÓDULO 2: GESTIÓN DE ESTRÉS

1. El estrés y sus características
 - 1.1. Introducción
 - 1.2. Definiciones
 - 1.3. Tipos de estrés
 - 1.4. Fuentes de estrés
 - 1.5. Características de las situaciones de estrés
 - 1.6. Fases de la respuesta de estrés
 - 1.7. Síntomas de estrés
2. El estrés laboral
 - 2.1. Factores psicosociales
 - 2.2. Diferencia entre presión de trabajo y estrés
 - 2.3. Síntomas del estrés laboral
 - 2.4. Medidas Organizacionales
 - 2.5. Atención Individual del estrés
 - 2.6. La reacción ante el estrés laboral
 - 2.7. El síndrome de Burnout
 - 2.8. El acoso laboral o Mobbing
3. Técnicas personales de control de estrés
 - 3.1. Técnicas de respiración
 - 3.2. Consejos para evitar el estrés
 - 3.3. Técnicas para dominar el estrésAnexo: Comprueba tu nivel de estrés
4. Técnica de afrontamiento del estrés
 - 4.1. Introducción
 - 4.2. Desarrollo de la técnica

MÓDULO 3: GESTIÓN DEL CAMBIO

1. ¿Qué es el cambio?
 - 1.1. Introducción
 - 1.2. Tipos de cambio
 - 1.3. Objetivos del cambio
 - 1.4. Fuerzas que crean la necesidad del cambio
2. Modelos y dinámica del cambio
 - 2.1. Introducción
 - 2.2. Modelo de Lewin
 - 2.3. Modelo sistémico
 - 2.4. Desarrollo organizacional

- 3. Resistencia al cambio
 - 3.1. Introducción
 - 3.2. Resistencia individual
 - 3.3. Resistencia organizacional
 - 3.4. Mecanismos para superar la resistencia al cambio
- 4. Planificación del cambio
 - 4.1. Introducción
 - 4.2. Roles
 - 4.3. Condicionantes
 - 4.4. Proceso del cambio planificado

MÓDULO 4: GESTIÓN DEL TIEMPO

- 1. El tiempo
 - 1.1. Introducción
 - 1.2. Mitos sobre el tiempo
 - 1.3. Características básicas del tiempo
 - 1.4. Leyes aplicables al tiempo
- 2. Tipología de tareas
 - 2.1. Priorización y tratamiento de las tareas
 - 2.2. Tipos de tareas
 - 2.3. Recomendaciones
- 3. Ladrones de tiempo
 - 3.1. Introducción
 - 3.2. Visitas inoportunas
 - 3.3. Reuniones
 - 3.4. Teléfono
 - 3.5. Correo electrónico
 - 3.6. Dejar las cosas para después
 - 3.7. No saber decir No
 - 3.8. Perfeccionismo
- 4. Gestión eficaz del tiempo
 - 4.1. Introducción
 - 4.2. Factores que influyen en la gestión eficaz del tiempo
 - 4.3. Gestión reactiva, activa y proactiva
 - 4.4. Motivación
 - 4.5. Planificar y programar
 - 4.6. El programa diario: la agenda
 - 4.7. Nuevas tecnologías

Titulación

- Curso superior de Coaching y Mentoring



Financiación

En la Escuela Mediterránea de Psicología queremos asegurar que nuestros alumnos cuentan con todas las facilidades para formarse e impulsar su carrera profesional, eliminando barreras de tiempo, movilidad, y también económicas.

Una de las principales medidas que hemos tomado para asegurar que nuestros alumnos pueden acceder a nuestros programas formativos, sin importar su situación económica, es nuestro acuerdo con Sequra, una reconocida compañía experta en financiación para la formación.

Gracias a esta colaboración, podemos ofrecerte la opción de **abonar tu máster, postgrado, curso superior o de autoayuda en 3, 6, 9 o 12 meses**, de forma cómoda, segura e inmediata, sin necesidad de papeleo.

Para financiar tu programa formativo a través de Sequra, basta con seleccionar la opción de pago fraccionado en nuestra plataforma de matriculación, elegir en cuántas cuotas quieres pagar y, ¡listo!



sequra



www.empsicologia.com

SEDE CENTRAL

MÁLAGA

C/ Steve Jobs 2
Edificio Excelencia
29590
Parque Tecnológico

MADRID

Avenida San Pablo 28,
Edificio 2, 2º planta
28823
Coslada

GRANADA

C/Baza Parc. 11
L. 16-17
Pol. Ind. Juncaril
18220 Albolote

ZARAGOZA

C/ Manuel Lasala
Nº42, 1ª
50006
Zaragoza



MEDITERRÁNEA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

MEDITERRANEA PSICOLOGY SCHOOL

 951 74 30 10

 info@empsicologia.com