

PROGRAMA 2024



CERTIFICACIÓN EN COACHING

Modalidad Presencial



INTRODUCCIÓN



El coaching es una disciplina que **potencia y desarrolla las capacidades de las personas** para lograr aquello que deseen: ya sea diseñar un futuro, tomar una decisión, mejorar una relación, cambiar un estado de ánimo, comprometer a un equipo, conseguir un puesto de trabajo, aumentar las ventas, gestionar un conflicto o integrarse bien en un sistema.

El coach facilita la reflexión del cliente para que amplíe la conciencia que tiene de sí mismo, desafíe sus límites, despliegue sus fortalezas y tome decisiones.

El coaching es una excelente disciplina de **crecimiento personal** que está consolidándose además como la herramienta más eficaz para el desarrollo del liderazgo y de competencias relacionales en el ámbito empresarial, así como en el entorno educativo, sanitario y deportivo.

En Abiwell queremos contribuir a expandir la cultura de coaching en el trabajo, en la profesión y en la vida de las personas, como una forma de relacionarse basada en respetar y empoderar a las personas y más formalmente, como forma de acompañamiento idónea para hacer crecer.

La experiencia adquirida a lo largo de 20 años acompañando y formando a clientes de diversos sectores en programas de coaching y de liderazgo, nos permite ofrecer un **Programa de Certificación** práctico y completo que te otorga la cualificación precisa para ejercer como coach profesional.

Hemos **combinado diversas disciplinas** - Coaching ontológico enriquecido con sistémica, neurociencia, PNL - que te ofrecemos de forma totalmente integrada, para que aprendas experimentando, con curiosidad, sorpresa y disfrute. No serás un mero receptor de conocimiento, si no que serás partícipe y estarás en movimiento.

Es un aprendizaje transformacional: permite un desplazamiento a nivel mental, emocional y corporal, que desarrolla habilidades y competencias personales e interpersonales, que te serán útiles a lo largo de tu vida y en tu profesión.

Somos profesionales apasionados por impulsar el crecimiento y despliegue de las personas en toda su autenticidad.

Nuestro Programa de Certificación en Coaching está reconocido por la **International Coaching Federation (ICF)**

Angels Pons
Socia Fundadora





A QUIÉN VA DIRIGIDO

El programa de Certificación en Coaching de Abiwell va dirigido a quien cuida, lidera e impulsa el desarrollo de los otros:

- ✓ A managers y directivos que lideran equipos, para hacerlos crecer, cuidándolos y desafiándolos a la vez.
- ✓ A consultores y terapeutas, quienes ya ofrecen servicios profesionales orientados a personas y quieren añadir valor o ampliar sus servicios.
- ✓ A profesionales del sector social, educativos y sanitario, orientados al cuidado de las personas y de su bienestar.
- ✓ A todas las personas que deseen aprender la profesión de coaching a la vez que realizar un viaje de crecimiento personal de por vida.

En definitiva, a todo aquel que quiere aprender a impulsar el desarrollo de otros sin darles la solución.

<< *Crecer para hacer crecer* >>







QUÉ VAS A OBTENER



- 1** Aprenderás las competencias de Coach: **habilidades personales e interpersonales** que te serán útiles a lo largo de tu vida y en tu profesión
- 2** Adquirirás el **baúl del Coach**: una serie de metodologías, técnicas y herramientas que te habilitarán para realizar acompañamientos de coaching a otras personas.
- 3** **Practicarás el coaching de forma supervisada**, para “llevarte puestos” los aprendizajes, de forma integrada e interiorizada.
- 4** Dispondrás de una **mayor autoconciencia** y una mejor comprensión del fenómeno humano en sus **6 dimensiones**: pensar, decir, hacer, corporalidad, emocionalidad y entorno.
- 5** Obtendrás una **titulación profesional en Coaching** aprobada por la **International Coaching federation**, de referencia internacional, que te abrirá las puertas de una profesión en crecimiento.
- 6** Constituirás junto a tus compañeros un **equipo de aprendizaje**, con el que compartir y enriquecerse.



Nuestro **valor diferencial**

-  Una **METODOLOGÍA INNOVADORA Y VIVENCIAL**, basada en el “learning by doing”, que integra varias disciplinas con en el coaching (PNL, sistémica, técnicas corporales y mentales, artes escénicas) y que te permite descubrir tu potencial, experimentar con él e interiorizar rápidamente los aprendizajes. Entrás en acción desde el primer momento.
-  Formadores con una experiencia de **MÁS DE 20 AÑOS FORMANDO** a coaches y realizando coaching para clientes de diversos ámbitos. Damos clase de lo que hacemos todos los días.
-  **UNA ACERTADA COMBINACIÓN** entre acción y reflexión, hacer y ser, teoría y práctica.
-  Complementamos las clases grupales, con una **ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA** a cada participante: atención al alumno, supervisión de prácticas y mentoring.



"El programa nos ha servido para acelerar el desarrollo del liderazgo y crear una cultura mucho más inspiradora, empowered y con capacidad de aprender, comenzando por el equipo de dirección y extendiéndolo en cascada hacia los managers."

José Marcilla

General Manager & Country President Argentina and Uruguay , Novartis Argentina S.A

"Mi formación de Coaching en Abiwell supero mis expectativas. Los profesores conducen tanto la materia como al grupo humano con muchísima entrega y profesionalidad.

Es un curso muy práctico y dinámico. Los aprendizajes se incorporan de forma ágil y sencilla, valor que sin duda se lo atribuyo a las formadoras.

Me ha parecido un curso imprescindible para aquellos profesionales que trabajan en áreas como recursos humanos, educación, sector sanitario y para responsables de equipos humanos."

Isabel Pérez

Especialista en neurocoaching y acompañamiento en duelos.

"Este programa, me ha ilusionado, me ha hecho crecer, me ha obligado a revisarme, a deshacerme de viejas creencias que me limitaban, a mejorar mi escucha conmigo y con mi entorno, a poder desarrollarme en un nuevo oficio, a poder conectar y estar al servicio del ser humano."

Montse Mestres

Banco de Santander

ESTRUCTURA PROGRAMA

Te ofrecemos **dos niveles de aprendizaje**, que se diferencian por el nivel de profundidad y especialización de los contenidos y por tanto, por el nivel de excelencia que se adquiere:

Programa de Certificación en Coaching

Te habilita para adquirir el reconocimiento como **"Accredited Certificate Coach"** (ACC) por la International Coaching Federation (ICF).

Horas formativas - **90 hrs** distribuidas:

- 64 hrs - 8 jornadas de 8 hrs
- 3 hrs - atención individualizada online
- 21 hrs - trabajo fuera de aula: lecturas, trabajo en minigrupos y prácticas de coaching.

Horario:

Viernes alternos de **09.00h a 18.00h**

Duración: **4 meses**

Programa Avanzado de Certificación en Coaching

Te habilita para adquirir el reconocimiento como **"Professional Certificate Coach"** (PCC) por la International Coaching Federation (ICF)

Horas formativas: **90 hrs** distribuidas:

- 56 hrs - 7 jornadas de 8 hrs
- 4 hrs - atención individualizada online
- 30 hrs - trabajo fuera de aula: lecturas, trabajo en minigrupos y prácticas de coaching

Horario:

Viernes, cada 3 semanas, de **09.00h a 18.00h**

Duración: **5 meses**

**Para realizar el Programa Avanzado es imprescindible haber superado el Programa Básico en nuestra escuela o uno similar en otra.*

El aprendizaje, en cada uno de los dos programas, se genera en **6 ámbitos** :



TEMARIO PROGRAMA



Programa CDERTIFICACIÓN EN COACHING

ASENTANDO LAS BASES

Definición de Coaching y diferencia con otras disciplinas. | Rol del coach: Competencias clave y su ubicación para empoderar| 6 preguntas poderosas | El proceso de Coaching y el aprendizaje transformacional | Fases y componentes de una conversación de Coaching. | La escucha en todas sus dimensiones.

EMOCIONALIDAD

Pautas para observar e intervenir en la emocionalidad | Conexión emocional como condición necesaria | Elemento central del Coaching: la Confianza (4 variables) y empatía (no juicio) | Tratamiento de la emocionalidad como predisposición a la acción | Comprensión del fenómeno de las emociones primarias en las personas | Técnicas para movilizar al cliente a partir de la emoción | Gestión de los estados de ánimo | el silencio como espacio para la emoción

EL BAÚL DEL COACH

Consistente en 16 técnicas y herramientas para activar las competencias del coach hacia prácticas de coaching efectivas.

PRÁCTICAS DE COACHING

En este programa se realizará y supervisará dentro y fuera de horario lectivo prácticas de coaching fundamentalmente entre compañeros, siendo en el último tramo del programa en el que se practicará con clientes externos.

GENERANDO FUTURO

La visión como punto de partida para el cambio. | Preguntas para generar el futuro deseado | Lenguaje analógico para diseñar futuro: imágenes y visualizaciones | Zona de confort y gestión del cambio | Pautas y preguntas para definir desafíos desde una aproximación sistémica: propósito y entorno del cliente

CORPORALIDAD

| Tratamiento de la corporalidad como predisposición al movimiento y a la acción | Técnicas para movilizar al cliente a partir de su corporalidad | Técnicas corporales de Presencia y conexión.

ACCIÓN

Pasos para transitar del problema al reto | la necesaria coordinación del cliente con su entorno: pedir, ofrecer y negociar | pautas para gestionar el compromiso del cliente: plan de acción y seguimiento | El impacto del cambio en los sistemas a los que el cliente pertenece.

EL PODER DEL LENGUAJE

Distinguir afirmaciones de juicios para abrir posibilidades | El impacto de los prejuicios | La indagación: preguntas para hacer pensar | Técnica para preguntar horizontal y verticalmente | Feedback | La mirada apreciativa. El coaching al servicio de la declaración del objetivo

MENTE

Juicios, creencias y modelos mentales | El impacto de los pre-juicios | Pensamientos distorsionados | modo víctima vs. protagonista | pensamiento único vs. pensamiento múltiple

TEMARIO PROGRAMA



Programa AVANZADO

EL ARTE DE PREGUNTAR

El coaching como técnica orientada a la solución, sin el problema | trabajo con excepciones | preguntas de escala | interpelar al pensamiento reflexivo vs. reflectivo | preguntas circulares

FORTALECIENDO TE COMO COACH

Habilidades internas y habilidades externas del coach | posicionamiento del coach: espacio y presencia | desarrollo de la propia conciencia corporal y emocional | puntos ciegos y fugas de energía.

BAÚL DEL COACH

Consistente en nuevas 16 técnicas y herramientas para activar las competencias del coach hacia prácticas de coaching efectivas

PRÁCTICAS DE COACHING

En el programa avanzado de Coaching se realizará y supervisará desde el primer momento, dentro y fuera de horario lectivo, prácticas de coaching con clientes.

SISTÉMICA

4 principios sistémicos aplicados a la relación de coaching y al cliente | preguntas sistémicas para expandir conciencia y establecer conexiones | constelaciones con objetos para desvelar lo escondido y para tomar decisiones.

TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN RÁPIDA

Jugar con la emocionalidad, la corporalidad, la geografía, el espacio, el movimiento y los objetos para movilizar al cliente saltando las barreras racionales.

JUICIOS, CREENCIAS Y TEATRO

Juicios maestros y creencias arquetípicas | técnica para desvelar el conflicto interno | Prácticas con un actor

LA VENTA Y LA GESTIÓN DEL COACHING

Argumentarios de venta | logística de un proceso de coaching | agentes involucrados en la contratación | protocolos de contratación | gestión de la relación con los agentes involucrado al inicio, durante y en el cierre del proceso | casuísticas especiales

EQUIPO DOCENTE

Eliges experiencia: vivimos de lo que hacemos y enseñamos lo que hacemos.



ÀNGELS PONS

Directora académica, formadora y coach

En los últimos 20 años ha centrado su actividad profesional en formar a coaches, en diseñar e impartir programas de liderazgo y coaching para organizaciones y entidades de diversos sectores y en acompañar a profesionales y equipos a constituirse como tales y a generar el futuro deseado por ellos.

Con anterioridad ha ocupado diversos cargos directivos en la empresa privada, en los que

"Me fascinó liderar equipos y formar parte de ellos, pues me dieron grandes lecciones sobre lo humano y sobre los sistemas".

Apasionada, sincera, perseverante y optimista, suscribe que *"la mejor forma de predecir el futuro es crearlo".*

DAVID DE ANTONIO

Formador y coach

Combina sus funciones profesionales en empresa con labores de docencia y coaching, como profesor asociado a Abiwell y a otras escuelas de negocio. Su interés por el desarrollo de las personas le impulsó a realizar los estudios y obtención de la titulación como Profesional Certified Coach por la ICF.

Optimista, curioso, inquieto, es imprescindible en su vida el sentido del humor, la música y la amistad sincera. Está convencido de que: *"Si esperas a que llegue el momento perfecto, acabarás esperando toda tu vida. Es mejor que cojas lo que tienes y empieces ya".*



ANNA BARGALLÓ

Formadora y coach

Los últimos 8 años ha centrado su actividad profesional en realizar coaching individual y de equipos en diferentes organizaciones, y también en la formación de competencias emocionales para un liderazgo más consciente.

Ha trabajado más de 20 años en gestión en diferentes organizaciones, liderando proyectos y equipos.

Convencida de que ¡la fuerza está en nosotros! y de que conectar con nosotros mismos y con los demás nos abre infinitas posibilidades.

Valiente, decidida, entusiasta y exploradora incansable, suscribe: *"deja que el instinto guíe tus pasos... él te llevará donde más quieres"*

NOEMÍ VIEDMA

Especialista en sistémica y coach

Consultora, coach y formadora en Inteligencia y Liderazgo Sistémicos para la transformación cultural en las organizaciones, ha trabajado 15 años en alta gestión en el sector empresarial y en relaciones institucionales en entornos nacionales e internacionales.

Compagina consultorías para empresas con acompañamiento e intervenciones de equipos y personas, aplicando los principios sistémicos para potenciar organizaciones y profesionales conscientes y con propósito.

Emprendora, trotamundos, entusiasta, exploradora, curiosa, soñadora, a veces caótica, está convencida que: *"Todo sistema está perfectamente diseñado para obtener los resultados que obtiene".*



MIQUEL MUÑOZ

Actor

Director de Bambolinó espectáculos. Gerente & responsable departamento de cultura de Catalina Network. Actor en Re-Crea Accions Culturals.

Colabora como actor en formaciones a fin de mostrar el impacto que generan los participantes cuando entrenan los aprendizajes sobre los personajes que él representa.

Es asimismo asesor de actividades escénicas para profesionales en diferentes sectores, buscando de qué manera poder mejorar su productividad a través de acciones donde las artes escénicas son las protagonistas.

ONA MESTRE

Especialista en percepción y movimiento

Busca la relación consigo y con los demás con el otro desde diferentes calidades del movimiento.

El trabajo que desarrolla es fruto de una larga trayectoria artística, pedagógica, de investigación y experimentación con diferentes sistemas y disciplinas en busca del flujo interno de la creatividad: el Sistema Consciente para la Técnica de Movimiento de Fedora Aberastury, (con Yiya Díaz y Julia Comesaña), el Katsugen (Katsumi Mamine) y voz-cuerpo (Sjabbe van Selfour).

Investiga en el campo sensorial de la percepción de la energía y la vibración de la voz.

Imparte talleres de Conciencia del cuerpo con distintos colectivos y acompaña procesos de creación.



INFORMACIÓN

Agenda

Programa Certificación en Coaching:

09 y 23 de febrero
01 y 15 de marzo
05 y 19 de abril
03 y 17 de mayo

Programa Avanzado:

31 de mayo
14 y 28 de junio
12 de julio
06 y 27 de setiembre
18 de octubre
8 de noviembre

Horario

Viernes de
09.00h a 18.00h

Inscripción

Programa Certificación en Coaching:

Precio Estándar: **2.680€ + iva**
Descuento 10% alumno Abiwell
Descuento 10% pronto pago
(antes del 30/10/2023)

Programa Avanzado:

Precio Estándar: **2.680€ + iva**
Descuento 10% alumno Abiwell
Descuento 10% pronto pago
(antes del 30/04/2024)

Reserva tu plaza

[Formulario de inscripción](#)

Proceso de Admisión

1 Solicitud de admisión

Los interesados deben cumplimentar la solicitud de inscripción online.

2 Valoración Admisión

Se evaluará tu candidatura en función de tu experiencia y perfil profesional.

3 Confirmación

Recibirás contestación vía email confirmando tu plaza en el Programa. En caso afirmativo, una vez efectuado el pago de la matrícula, recibirás la confirmación de la plaza.

Requisitos de Admisión

Para participar en esta formación es necesario:

- ✓ Realizar una entrevista personal telefónica o presencial.
- ✓ Completar un formulario de inscripción.
- ✓ Firmar un acuerdo de confidencialidad, que garantiza un contexto de trabajo protegido para los participantes.

Contacto

Abiwell Liderazgo & Coaching
Teléfono: +34 639.629.938
abiwell@abiwell.com



Tu impulso a futuro




abiwell
liderazgo y coaching

