



GUÍA DIDÁCTICA.

MODULO 1: INTRODUCCIÓN AL COACHING

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|---|---|---|---|---|---------------|
| <p>El profesional podrá realizar un abordaje menos directivo de la salud del paciente. Esto aumentará la autonomía del paciente , su motivación intrínseca, su satisfacción con la relación sanitaria y su empoderamiento.</p> <p>El profesional conocerá sus puntos fuertes y áreas de mejora medidos en términos de competencias.</p> | <ol style="list-style-type: none">1. Conocer los orígenes e influencias que recibe el coaching.2. Conocer las escuelas de coaching.3. Definir lo que es el coaching y su diferencia con otras disciplinas.4. Conocer el coaching de salud y su evidencia.5. Conocer las competencias clave que debe tener un coach.6. Hallar un nivel basal en las competencias clave. | <p>Manual del módulo.</p> <ul style="list-style-type: none">• Resúmen.• Bibliografía.• Recursos.• Ejercicios.• Test evaluación. | <p>Anexos:</p> <ul style="list-style-type: none">• Modelo 5x15.• Competencias clave de un coach. | <ul style="list-style-type: none">• Test de evaluación.• Cuestionario: competencias clave de un coach. | <p>25h</p> |



MODULO 2: LAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN EN COACHING

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|--|--|--|--|--|------------|
| <p>Mejorará la comunicación profesional-paciente lo que redundará en una mejor percepción del trato, mayor satisfacción y seguridad.</p> <p>Mejorará la comunicación del profesional con el resto del equipo mejorando el ambiente laboral y la seguridad.</p> | <ol style="list-style-type: none">1. Conocer la teoría de la comunicación y diferenciar entre comunicación analógica y digital.2. Diferenciar entre juicios y hechos. Ser capaz de alegar e indagar de manera productiva.3. Interiores la importancia de las distinciones y manejar algunas de ellas.4. Conocer las habilidades de comunicación necesarias en el coaching.5. Manejar la escucha 360 y las preguntas poderosas. | <ul style="list-style-type: none">• Manual del módulo.• Resumen.• Bibliografía.• Recursos.• Ejercicios.• Test evaluación. | <ul style="list-style-type: none">• Distinciones<ul style="list-style-type: none">– Declaración del no.– Peticiones.– Queja-reclamación.– Sinceridad-sincericidio. <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none">– Alegato e indagación.– Emitir juicios de manera productiva.– Explorar la columna izquierda. | <ul style="list-style-type: none">• Test de evaluación.• Alegación productiva.• Indagación productiva.• Emisión de un juicio. | <p>25h</p> |



MODULO 3: CONTEXTO Y OBJETIVO

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|---|---|---|---|---|---------------|
| <p>Aprenderán a marcar objetivos realistas y retadores lo que disminuirá la sensación de fracaso y frustración de profesional y paciente.</p> <p>El paciente conocerá lo que verdaderamente le moviliza hacia la consecución de sus objetivos. Pondrá en juego su verdadera motivación interna lo que le acercará más al éxito.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer lo que es el rapport, su importancia y ser capaz de generarlo. 2. Conocer la utilidad del acuerdo de coaching y cómo elaborarlo. 3. Distinguir entre sueño y visión. Conocer herramientas para definir la visión. 4. Valorar la importancia de la motivación y el compromiso en el coaching. 5. Diferenciar entre objetivos y resultados. Definir correctamente los objetivos. | <ul style="list-style-type: none"> • Manual del módulo. • Resúmen. • Bibliografía. • Recursos. • Ejercicios. • Test evaluación. | <ul style="list-style-type: none"> • Distinciones: <ul style="list-style-type: none"> – Error- fracaso. – Exigencia- excelencia. <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Acuerdo Coaching. – Dibujando mi visión. – Averiguar el valor fundamental tras un objetivo. – Análisis de valores. | <ul style="list-style-type: none"> • Test de evaluación. • Uso de la herramienta: “smartizar un objetivo”. • Uso de la herramienta: “análisis de valores”. | <p>20h</p> |



MODULO 4: REALIDAD

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|---|---|--|---|---|---------------|
| <p>Permitirá al paciente y al profesional detectar los recursos con los que cuenta y las dificultades que puede encontrar en la consecución del objetivo.</p> <p>El manejo de las posiciones perceptivas ayuda al desarrollo de la empatía y la generación de nuevos puntos de vista.</p> | <ol style="list-style-type: none">1. Conocer que es un mapa mental.2. Manejar las posiciones perceptivas.3. Manejar la matriz DAFO.4. Manejar las “ruedas”.5. Facilitar el análisis de la realidad. | <ul style="list-style-type: none">• Manual del módulo.• Resúmen.• Bibliografía.• Recursos.• Ejercicios.• Test evaluación. | <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none">• Análisis DAFO.• Pintando el sistema.• Imagen pública.• Ruedas.• Cambios de observador. | <ul style="list-style-type: none">• Test de evaluación.• Uso de la herramienta: “pintando el sistema”.• Uso de la herramienta: “análisis DAFO”.• Uso de la herramienta: “cambio de observador”.• Uso de la herramienta: “imagen pública”. | 25h |



MODULO 5: APRENDIZAJE Y OPCIONES

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|---|---|---|---|--|---------------|
| <p>Ayudará al paciente a tomar conciencia de la importancia de responsabilizarse de su salud y de su vida.</p> <p>Ayudará al coach a aumentar la creatividad del paciente en la generación de opciones para alcanzar sus objetivos.</p> | <ol style="list-style-type: none">1. Conocer el concepto de aprendizaje en coaching.2. Manejar los niveles y zonas de aprendizaje.3. Interiorizar el concepto de responsabilidad y compromiso en coaching.4. Manejar herramientas que favorezcan la generación de opciones.5. Cuantificar el grado de compromiso del coachee. | <ul style="list-style-type: none">• Manual del modulo• Resumen.• Bibliografía.• Recursos.• Ejercicios.• Test evaluación. | <ul style="list-style-type: none">• Distinciones:• Víctima-responsable.• Queja-reclamación. <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none">• “Tengo que...”• Comité de expertos.• Puntos en la escala.• Las cinco preguntas. | <ul style="list-style-type: none">• Test de evaluación.• Uso de la herramienta: “tengo que...”• Uso de la herramienta: “comité de expertos”.• Uso de la herramienta: “las cinco preguntas”. | 20h |



MODULO 6: CREENCIAS Y EMOCIONES

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|---|--|---|--|---|---------------|
| <p>Ayudará al paciente y al coach a identificar las creencias que le impiden alcanzar sus objetivos y cambiarlas por otras que le ayuden en su consecución.</p> <p>El paciente aprenderá a reconocer y manejar sus emociones de forma productiva.</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer el concepto de creencia potenciadora y limitante y su influencia en la conducta. 2. Descubrir creencias limitantes en el lenguaje del coachee. 3. Guiar al coachee en la modificación de las creencias limitantes por creencias potenciadoras. 4. Entender qué es una emoción y su relación con el pensamiento y la conducta. 5. Interiorizar la importancia del manejo emocional en la relación profesional de la salud-paciente. 6. Conocer herramientas que permitan manejar las emociones. | <ul style="list-style-type: none"> • Manual del módulo. • Resúmen. • Bibliografía. • Recursos. • Ejercicios. • Test evaluación. | <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formulario de identificación de creencias limitantes. • Análisis de creencias limitantes con PCM. • Las creencias en el tiempo. • Modificación de creencias. • Autorregistro emocional. • Rediseñar estados de ánimo. • Anclajes. | <ul style="list-style-type: none"> • Test de evaluación. • Uso del formulario de identificación de creencias limitantes. • Explorar un objetivo a través del análisis de creencias limitantes con PCM. • Uso de la herramienta: “modificación de creencias”. • Uso de la herramienta: “las creencias en el tiempo”. • Uso de la herramienta: “autorregistro emocional”. • Uso de la herramienta: “anclajes”. | <p>25h</p> |



MODULO 7: PLAN DE ACCIÓN Y SEGUIMIENTO

| BENEFICIOS PACIENTE Y PROFESIONAL | OBJETIVOS | CONTENIDOS | RECURSOS | EJERCICIOS | TIEMPO |
|---|--|--|--|---|---------------|
| <p>El paciente aprenderá a realizar un plan de acción, asignarle plazos, priorizar y revisarlo.</p> <p>Paciente y profesional aprenderán a recibir la opinión de otros con humildad y a realizar el aprendizaje necesario de esa opinión.</p> <p>El profesional adquirirá recursos para movilizar al paciente cuando éste se encuentre paralizado ante el plan de acción.</p> | <ol style="list-style-type: none">1. Acompañar al coachee en la generación del plan de acción.2. Interiorizar la diferencia entre lo urgente y lo importante.3. Elaborar correctamente un cronograma.4. Manejar herramientas que movilicen al coachee a la acción.5. Evaluar el seguimiento del proceso de coaching. | <ul style="list-style-type: none">• Manual del módulo.• Resúmen.• Bibliografía.• Recursos.• Ejercicios.• Test evaluación. | <ul style="list-style-type: none">• Distinciones• Humildad.• Generosidad.• Vulnerabilidad <p>Herramientas:</p> <ul style="list-style-type: none">• Diagrama de Gant.• Análisis de parálisis• Generar un plan de acción.• Tengo, quiero, voy.• Generar un plan de acción.• Futuro-presente. | <ul style="list-style-type: none">• Test de evaluación.• Cuestionario: competencias clave de un coach.• Uso de la herramienta: “generar un plan de acción”.• Uso de la herramienta: “Diagrama de Gant”.• Uso de la herramienta: “Futuro-presente”.• Uso de la herramienta “análisis de parálisis”. | 20h |