

FVA

management

COACHING

Programa de desarrollo individual y profesional mediante entrenador personal



Félix Velasco

Programa de desarrollo individual y profesional mediante entrenador personal

Coaching

Bienvenido a la incertidumbre. En el mundo actual, donde lo único seguro es la incertidumbre, los líderes de las organizaciones no deben proponerse controlar lo incontrolable, sino abrazar lo desconocido. Hoy apenas tenemos ya límites técnicos, pero sí numerosas barreras paradigmáticas. No somos capaces de ver los obstáculos que nos impiden alcanzar la excelencia, por lo que tropezamos frecuentemente con los mismos problemas y dificultades.

¿Quién puede realizar este tipo de programa? - Tomar decisiones no es una tarea sencilla. Decidir de forma correcta en cada caso es aún más complejo. En un entorno cambiante y altamente inestable, la visión global, la capacidad de síntesis, el enfoque práctico y el sentido común son nuestros mejores aliados.

Cuando nos enfrentamos a cualquier decisión hay multitud de factores que influyen en nosotros y que es necesario tener en cuenta para que nuestro equilibrio personal y profesional no se quiebre.

Saber que tanto el éxito como el fracaso son situaciones inherentes a la toma de decisiones, y reconocer que ambas forman parte del desarrollo humano, es esencial para atreverse a dar el primer paso. Así, pues, este programa es para toda persona que desee:

- Alcanzar sus metas.
- Aumentar la efectividad de su gestión.
- Transformar positivamente sus resultados.
- Actuar proactivamente.
- Ejercer su capacidad de liderazgo.
- Cambiar o reorientar su carrera profesional.
- Mejorar estilo de comunicación.
- Coherencia entre pensamientos y acciones.
- Obtener más en menos t



Dirigido a:

- Directivos y Gerentes de primer nivel que continuamente se vean en la necesidad de establecer prioridades y tomar decisiones.
- Profesionales que no tengan experiencia en Management y que en lugar de estar esperando "que pasen cosas" deciden hacer que ocurran.
- Todos aquellos que quieran organizar o reorganizar su vida personal y/o profesional.

¿Cuánto dura un programa de instrucción personalizado? - Los programas se desarrollan a lo largo de unos seis meses aproximadamente, durante los cuales se plantean diferentes situaciones, se proponen alternativas y se analizan los resultados de cada una de ellas hasta encontrar la fórmula o fórmulas que permitan resolver el problema detectado, desarrollar la conducta adecuada, o asumir la técnica que se desea aprender.

El programa se acomoda a cada persona, tanto en método como en tiempo, siendo recomendable un mínimo de 20 sesiones, una por semana, de tres horas cada una de ellas. Adaptándose siempre a sus condiciones laborales y personales.

¿Qué es el "Coaching"? - El programa de Coaching es un proceso de reflexión y entrenamiento individualizado, flexible y confidencial que un consultor desarrolla con un directivo, un profesional, o una persona de alto potencial; dirigido a que éste adquiera o modifique habilidades, competencias o conductas para asumir con éxito los retos que se le plantean en el contexto de su vida profesional y personal.

Como proceso de consultoría externo e independiente de la estructura organizativa, facilita el enfrentarse a situaciones y comportamientos susceptibles de mejora.

El concepto de Coaching (entrenamiento personal e individualizado), consiste en explotar y desbloquear el potencial de la persona para maximizar su desempeño. Basándose en ayudar a aprender, más que en enseñar, aconsejar o dirigir.

Es una técnica de diálogo basado en preguntas y reflexiones que provocan una visión absolutamente diferente de la problemática cotidiana, permitiendo impulsar y fluir las mejores respuestas del individuo. Está orientada a la acción, enfocándose en el presente para mejorar los resultados futuros.

El objetivo central de la actividad es desarrollar la capacidad de acción de una persona.



Es un sistema de aprendizaje destinado a lograr una mejor calidad de vida y una experiencia de transformación personal y profesional, a través de un instructor que facilita el desarrollo del liderazgo personal, posibilitando nuevos campos de acción y revisando aquellos comportamientos que nos separan de los resultados deseados, buscando potenciar la creatividad, la innovación y el compromiso al descubrir las oportunidades que ofrece nuestro entorno.

No se trata de una técnica moderna, aunque sí actualizada y adaptada a las necesidades modernas. Ya desde la antigüedad se forma por medio de preguntas, buscando que la persona sea quien encuentre las respuestas.

Con éste sistema se logra hacer pensar y conseguir que las personas se den cuenta de quiénes son y que quieren de la vida. Sócrates llamó a este método MAYEUTICA, y los monjes Zen aprenden todavía con esta técnica que en Japón se denomina KOAN.

¿Qué función tiene el entrenador personal?- Es un profesional que reúne un amplio espectro de competencias genéricas, que le habilitan para trabajar en el asesoramiento individualizado, mediante su capacidad de escuchar y conversar.

El Entrenador Personal asiste a su cliente para:

- Clarificar sus Principios y Valores.
- Desarrollar una Misión y una Visión personal.
- Analizar sus Fortalezas, Debilidades y Carencias.
- Analizar sus Oportunidades, Problemas y Amenazas.
- Definir sus Objetivos.
- Establecer las Estrategias adecuadas para alcanzarlos.
- Elaborar Planes de Acción para alcanzar las metas propuestas.
- Establecer un sistema de Control para verificar si se logran.
- Desarrollar un método de Medidas Correctoras y Planes Alternativos.



Todo ello procurando que la persona:

- Haga uso de todas sus habilidades.
- Aumente el nivel de rendimiento.
- Desarrolle relaciones armónicas con su entorno.
- Concilie equilibrio personal y profesional.
- Tome decisiones debidamente analizadas y asesoradas.
- Gestione de forma óptima su tiempo.
- Aplique las técnicas de automanagement para dirigirse a sí mismo.
- Se replantee su día a día con Inteligencia Emocional.
- Se adapte a los cambios de manera eficiente y eficaz.



Programa:

- ✚ La situación personal, según la edad, dentro de los 15 Estadios Básicos de la Vida.
- ✚ Definir Principios y Valores personales.
- ✚ Definir Misión y Visión personal.
- ✚ Establecer una Política General de Vida.
- ✚ Análisis interno (Fortalezas, Debilidades y Carencias).
- ✚ Análisis externo (Oportunidades, Problemas y Amenazas).
- ✚ Aplicar la Pirámide de Maslow sobre las necesidades: Básicas o económicas, Seguridad, Afecto o pertenencia, Ego y Autorrealización.
- ✚ Test
- ✚ Las 6 Áreas de Objetivos en las que toda persona se mueve a lo largo de su vida: Riqueza, Poder, Status, Desafío, Bienestar y Amor. Priorizando y segmentando cada una en función de las posibilidades personales.
- ✚ Definir objetivos a alcanzar.
- ✚ Definir un mapa de la red de contactos.
- ✚ Definir estrategias.
- ✚ Organizar de forma efectiva el tiempo: Personal, Profesional y Descanso.
- ✚ Programas de acción.
- ✚ Definir Tres grandes proyectos anuales + Tres proyectos mensuales + tres proyectos semanales + Tres proyectos diarios.
- ✚ Control de los resultados.



NOTA: Este programa se puede complementar con otros posteriores si el alumno lo considera necesario.