

### Horario

Todo el curso se realizará íntegramente a través del Aula Virtual de la Universidad de Cantabria. El/la alumno/a recibirá sus claves de acceso al realizar la matrícula. Todo el material estará disponible mientras dure el curso, el/la alumno/a podrá realizar cada módulo y actividades a su ritmo.

### Estructura del Programa

**Nº de créditos:** 2 créditos ECTS. 50 horas

**Trabajo obligatorio:** Sí

**Créditos teóricos:** 1 **Créditos prácticos:** 1

**Evaluación:** El 50% de la evaluación será un trabajo obligatorio y el otro 50% actividades a través del aula virtual.

**Nº estudiantes:** Mín 25 / Máx 100

**Tasas:** 150 euros. Se puede pagar en dos plazos



## Curso Universitario de Formación Continua “Introducción al Coaching”

Departamento de Enfermería.  
Avda. Valdecilla, s/n.  
39008 Santander ( Cantabria)  
Teléfono: 942 20 16 87  
Fax: 942 20 16 93  
Email: [dptenferme@gestion.unican.es](mailto:dptenferme@gestion.unican.es)



## Curso Universitario de Formación Continua

## “Introducción al Coaching”

Tipo de enseñanza: on line

Nº de créditos: 2 créditos ECTS, 50 horas

Curso 2013/2014.

**Departamento de Enfermería**

**Directora: Carmen M Sarabia Cobo.**

**Otros profesores. Blanca Torres Manrique**



El curso pretende proporcionar las herramientas básicas del coaching personal y la inteligencia emocional y facilitar su puesta en práctica, a través de ejercicios vivenciales que ayuden a transferir los conocimientos a su ámbito de estudio y de vida como guía y como facilitador de aprendizaje.

**El Coaching es ayudar a una persona a manejar los problemas por sí misma.**

Su uso se está extendiendo en diversas áreas: deportivas, empresas, universidad y docencia. Su finalidad va a encaminada a ayudar a una persona a mejorar distintas áreas de su vida a través de la reflexión personal y el manejo de emociones. La buena gestión del autoconocimiento pueden hacernos rendir mejor y alcanzar mayor bienestar personal y laboral.

**Coaching es la llave del éxito, dicen muchos que han emprendido el Camino del cambio.**

### Objetivos del curso:

- Practicar la escucha activa y la reformulación
- Facilitar cambios de conducta
- Estar centrado en los resultados
- Basarse en el principio de realidad
- Mantenerse a la distancia óptima del problema
- Tener capacidad asertiva
- Aprender a gestionar adecuadamente el tiempo
- Autogestión de las capacidades
- Aprender a desarrollar habilidades a través del conocimiento

### Plan de estudios: Módulos

1. Introducción al coaching
2. Las creencias y las emociones : cómo nos influyen
3. El proceso de cambio y los retos
4. Superando resistencias y obstáculos
5. La comunicación efectiva
6. Inteligencia emocional y Programación Neurolingüística
7. Herramientas en coaching

### Requisitos de admisión

- ◆ **Titulación de Primer o Segundo Ciclo** (pero no es requisito imprescindible). **Se admiten estudiantes de últimos cursos.**
- ◆ **Se admiten profesionales:** sí, valorando la experiencia y el ámbito profesional.
- ◆ **Documentación:**
  - Fotocopia del DNI.
  - Fotocopia Compulsada del último título Académico obtenido
  - En caso de profesionales aportarán C.V.
- ◆ **Criterios de selección:** Riguroso orden de preinscripción.

### Fechas de Inscripción y Matricula

- **Inscripción:** 09/09/2013 al 23/09/2013.
- **Selección de Alumnos:** 24 y 25/09/2013
- **Matrícula:** 26/09/2013 al 04/10/2013
- **Inicio del curso:** 07/10/2013
- **Fin del curso:** 04/11/2013

La matricula se realizará en la dirección :

<http://autoservicio.unican.es>