

EXPERTO EN COACHING TRANSPERSONAL

Nivel 1



ESCUELA
Best

FORMACIÓN:

**EXPERTO EN
COACHING
TRANSPERSONAL**

Nivel 1

Modalidad:

*On line en directo
(streaming)*

✓ Certificado por
ADESCO

✓ Bonificable por
FUNDAE

QUÉ ES EL COACHING TRANSPERSONAL

Es una disciplina que trasciende los enfoques tradicionales, permitiendo a las personas explorar más allá de su conciencia cotidiana y acceder a los recursos de su subconsciente.

A través de este proceso, transforma momentos de crisis en oportunidades de crecimiento, empoderamiento y desarrollo personal.

Esta metodología integra herramientas de coaching con disciplinas innovadoras como la neurociencia, la inteligencia emocional, el mindfulness y enfoques sistémicos. Con ello, se busca despertar el potencial auténtico de cada individuo, facilitando el descubrimiento de su verdadera esencia.



Transpersonal:

Que aborda a las personas desde todas las facetas que lo componen: cuerpo, mente, emoción y alma, permitiendo trascender la parte consciente y despertar y acceder a los recursos del inconsciente.



Un enfoque práctico y transformador:

El Coaching Transpersonal no se limita a la teoría. Se vive y se practica. Cada técnica y herramienta se experimenta primero a nivel personal, para que luego puedan aplicarse en el acompañamiento a otros.



Desarrollo personal y profesional:

“Cuando ya no somos capaces de cambiar una situación nos encontramos ante el desafío de cambiarnos a nosotros mismos”.

VENTAJAS DEL PROGRAMA DE EXPERTO EN COACHING TRANSPERSONAL

Una Formación Certificada y Reconocida

Este programa está certificado por ADESCO, la principal entidad de coaching en España, lo que garantiza su calidad y reconocimiento profesional en el mercado.

Aprendizaje Vivencial y Transformador

No solo aprenderás herramientas y técnicas, sino que experimentarás un profundo proceso de autodescubrimiento. Cada sesión está diseñada para que vivas en primera persona lo que luego aplicarás con tus clientes.

Metodología Innovadora

Nuestra metodología combina disciplinas tradicionales y contemporáneas, como la inteligencia emocional, el mindfulness y la neurociencia, para ofrecerte un enfoque completo y práctico.

Prácticas con Clientes Reales

Desde el inicio del programa, tendrás la oportunidad de trabajar con casos reales bajo la supervisión de un equipo docente experto, permitiéndote aplicar y perfeccionar tus habilidades.

Grupos Reducidos y Acompañamiento Personalizado

Con un máximo de 15 alumnos por grupo, garantizamos un ambiente cercano y colaborativo, donde cada estudiante recibe atención personalizada y seguimiento continuo.

Una Experiencia Única

Incluye una jornada vivencial con coaching asistido por caballos en un entorno natural. Esta experiencia exclusiva refuerza los aprendizajes mientras desarrollas habilidades de liderazgo y conexión interpersonal.

Acceso a la Tribu BEST

Una vez finalizada la formación, te unirás a una comunidad activa de antiguos alumnos con quienes podrás compartir experiencias, participar en eventos y seguir creciendo personal y profesionalmente.

Bolsa de Trabajo Exclusiva

Tendrás acceso a nuestra bolsa de trabajo, utilizada por empresas, particulares y la propia escuela para seleccionar profesionales cualificados.

METODOLOGÍA INNOVADORA

En este programa, no solo aprenderás conceptos; los vivirás. Nuestra metodología está diseñada para que integres cada conocimiento y técnica de forma práctica y aplicable a tu vida y a tus futuros procesos como coach. Se basa en la co-creación y adaptación de contenidos al grupo, garantizando una experiencia de aprendizaje única. Con más de 10 años de experiencia formando coaches, hemos perfeccionado este enfoque para ofrecerte la mejor experiencia formativa, adaptada a lo que cada grupo realmente necesita.



1. Un enfoque vivencial y transformador

Sabemos que la mejor manera de aprender es experimentando. Te sumergirás en dinámicas vivenciales que reforzarán tus habilidades y te permitirán vivir en primera persona los cambios que luego ayudarás a otros a alcanzar.



2. Tutor Coach Personal

Desde el primer día de la formación. Será tu contacto directo para resolver cualquier duda y brindarte apoyo continuo. Además, realizarás 5 sesiones privadas de coaching, enfocadas en tu desarrollo individual.



3. Prácticas supervisadas con clientes reales

Cada alumno debe completar 50 horas de prácticas con clientes reales, proporcionando una experiencia directa en situaciones auténticas. Estas prácticas son supervisadas por tutores y profesores, quienes ofrecen orientación y feedback continuo,



4. Jornadas de alto impacto

Nuestra metodología incluye una experiencia única en un entorno natural, donde participarás en dinámicas grupales como el **coaching asistido por caballos**. Este enfoque innovador refuerza aprendizajes esenciales como la comunicación, el liderazgo y el trabajo en equipo.

METODOLOGÍA INNOVADORA



5. Gimnasio de Coaching

Hemos implementado las sesiones grupales mentorizadas, a las que llamamos Gimnasio de Coaching. Estas sesiones son espacios de práctica intensiva donde los alumnos tienen la oportunidad de aplicar los conceptos y técnicas aprendidos en un entorno seguro y controlado, con el apoyo y feedback de los profesores.



6. Personalización y atención al detalle

Entendemos que cada alumno es único. Adaptamos los contenidos a las necesidades del grupo y ofrecemos un seguimiento individualizado para garantizar un aprendizaje pleno y enriquecedor.



7. Un enfoque multidisciplinar

Integramos herramientas de disciplinas como la inteligencia emocional, el mindfulness y la neurociencia, creando una experiencia formativa que te permitirá abordar los retos del coaching desde diferentes perspectivas.



8. Proyecto Final

Al finalizar la formación, deberás presentar un proyecto que integre la aplicación práctica de todo lo aprendido de manera viable. Para su realización contarás con el apoyo de profesores, tutores y compañeros, quienes te brindarán orientación y retroalimentación para enriquecer y consolidar tu idea.



9. Red de apoyo

Al ser grupos reducidos, tus compañeros se convierten en un soporte emocional y el equipo con el que compartirás el aprendizaje. Juntos, enriqueceréis los conocimientos a través del intercambio de experiencias, potenciando el crecimiento individual y colectivo.

Formarte como **COACH profesional** con las mejores competencias, técnicas y metodologías necesarias.

Desarrollar **habilidades emocionales y de liderazgo** que mejoren tu flexibilidad, resiliencia y capacidad de automotivación.

Aprender **herramientas prácticas y transformadoras** dominando metodologías avanzadas de distintas disciplinas para generar cambios significativos

Potenciar **la comunicación efectiva y la colaboración** para mejorar las relaciones interpersonales, la comunicación asertiva y la gestión de equipos.

Integrar la **teoría y la práctica** experimentando dinámicas vivenciales, prácticas supervisadas y proyectos aplicados.

Desarrollar una **visión profesional sólida** aplicando lo aprendido para liderar proyectos de coaching con impacto positivo.



A QUIEN VA DESTINADO

Este programa está diseñado para quienes buscan profundizar en su desarrollo personal y profesional

01

Futuros Coaches:

Personas interesadas en formarse como coaches profesionales y adquirir las herramientas necesarias para transformar vidas a través del coaching.

02

Profesionales de Recursos Humanos y Formación:

Aquellos encargados de gestionar y desarrollar talento en sus organizaciones, interesados en herramientas prácticas para optimizar relaciones y procesos.

03

Empresarios y Emprendedores:

Líderes de negocios y proyectos que quieren aplicar técnicas de coaching para optimizar el rendimiento, las relaciones y la gestión de sus equipos.

04

Líderes y Gestores de Equipos:

Profesionales que buscan potenciar su liderazgo, mejorar la comunicación y desarrollar competencias emocionales clave para gestionar equipos con éxito.

05

Personas en Búsqueda de Desarrollo Personal:

Individuos que desean conocerse mejor, gestionar sus emociones y transformar aspectos clave de su vida personal y profesional.

06

Educadores y Entrenadores:

Docentes, directores y entrenadores que quieren aplicar principios de coaching e inteligencia emocional en sus actividades, mejorando el aprendizaje y rendimiento de sus alumnos o equipos.

07

Profesionales de Áreas de Apoyo:

Médicos, terapeutas, psicólogos, trabajadores sociales y otros que buscan complementar sus habilidades con herramientas de coaching para ayudar a sus clientes o pacientes.

COMPETENCIAS

Atendiendo al diccionario de Competencias Hay / McBer, en el desarrollo de la formación destaca el trabajo de los alumnos enfocado a potenciar las siguientes competencias:



Liderazgo

Intención de asumir el rol de líder de un grupo o equipo de trabajo. Implica el deseo de guiar a los demás.

Comprensión interpersonal

Implica querer entender a los demás.

Es la habilidad para escuchar, entender correctamente los pensamientos, sentimientos o preocupaciones de los demás.

Desarrollo de personas

Esfuerzo constante por mejorar el aprendizaje o el desarrollo de los demás.

Iniciativa

Predisposición a la proactividad.

Flexibilidad

Habilidad de adaptarse y trabajar eficazmente en distintas y variadas situaciones y con personas o grupos diversos.

Dirección de personas

Estilos directivos para utilizar de forma apropiada y adecuadamente el poder personal.

Trabajo en equipo y cooperación

Implica la intención de colaboración y cooperación con otros, para alcanzar objetivos alineados.

Autoconfianza - autonomía

Convencimiento de que uno es capaz de realizar con éxito una tarea o elegir el enfoque adecuado para realizar un trabajo o resolver un problema.

Integridad

Actuar en consonancia con lo que cada uno considera importante. Coherencia.

Autocontrol- autogestión

Capacidad de mantener las propias emociones gestionadas y evitar reacciones negativas ante los obstáculos.

ESTRUCTURA

El título de **Experto en Coaching Transpersonal**, nivel 1, tiene una duración de 5 meses, con un total de 325 horas, 180 horas presenciales más el trabajo autónomo del alumno. La formación se estructura en 3 bloques, y para obtener el título es necesario superar los 3.

01. Coaching Transpersonal

Para adquirir una base sólida de las técnicas de coaching y profundizar en la comprensión de las mismas a través del propio proceso personal.

Este bloque incluye: 25 horas de mentoría grupal en la que se supervisan prácticas reales, y la realización del proyecto final, para que al finalizar la formación el alumno ya disponga de un plan de ruta de cómo aplicar lo aprendido.

02. Inteligencia Emocional

En este módulo se sientan las bases del conocimiento de la Inteligencia Emocional y su importancia en la consecución de objetivos.

03. Mindfulness

Variedad de ejercicios y pensamientos encaminados a conseguir no solo relajación sino también una mejora de capacidades como concentración, atención, reducción del estrés y otras relacionadas con el estado consciente de la persona.



ESTRUCTURA

BLOQUE 1

COACHING TRANSPERSONAL: 145 horas presenciales

Se integrarán las bases del coaching, así como de la estructura de la personalidad, con el foco en la vivencia del propio alumno, aplicando y conociendo de primera mano los resultados para a posteriori poder trabajar con otras personas.

01. Introducción

Presentación y logística del curso
Contenido y formadores
Desarrollo
Qué es el coaching, la inteligencia emocional y otras disciplinas complementarias

02. Fundamentos del coaching

Coaching. Corrientes
Origen
Cimientos
Tipos
Competencias y habilidades
Toma de conciencia

03. Fundamentos de la persona

Qué es un ser humano
Introducción al eneagrama
Eneatipos
Perfiles y gestión del ego
Trascendiendo al eneatipo

04. Metodología

Fases del proceso
Contexto y entorno
Establecer metas y objetivos.
Modelo GROW
Modelo SMARTER
DAFO
Otros modelos

05. Gestión del cambio

Resistencia al cambio
Valores y talento
Cambio y duelo
Motivación
Estrategias y plan de acción
Gestión del talento

ESTRUCTURA

BLOQUE 1

06. Relación de ayuda

Ayuda VS apoyo

Competencia relacional

Respuesta espontanea y estilos

Empatía, aceptación y autenticidad

Herramientas para la relación de ayuda

07. Coaching grupal y de equipos

Diferencias y similitudes

Coaching grupal práctico

Coaching de equipos

- Desarrollo de equipos
- Trabajo en equipo
- Dirigir equipos, liderazgo
- Práctica: coaching con caballos

08. Comunicación 360°

Estructura de la comunicación

Comunicación verbal, paraverbal y no verbal

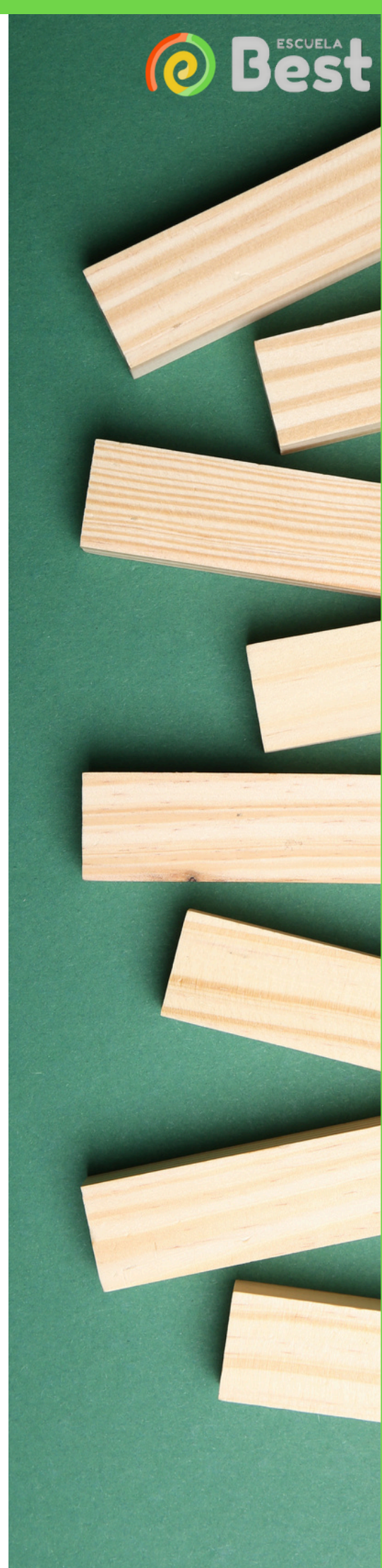
Comunicación eficaz

09. Entrenamiento de coaching supervisado

10. Proceso de coaching personal

A realizar con el tutor

11. Proyecto fin de curso



ESTRUCTURA

BLOQUE 2

INTELIGENCIA EMOCIONAL , nivel 1: 20h presenciales

En este bloque se incluyen los conocimientos teóricos necesarios sobre Inteligencia Emocional, para aplicar una correcta gestión emocional y comprender su importancia respecto al bienestar personal.

12. Introducción a la inteligencia emocional

La inteligencia y su evolución en la ciencia
Modelos de inteligencia emocional y sus competencias
Métodos de evaluación de la inteligencia
Para qué inteligencia emocional

13. Gestión emocional

Etiquetas
Proceso de cambio
Emociones básicas
Carga emocional



ESTRUCTURA

BLOQUE 3

MINDFULNESS , nivel 1: 10h presenciales

Se adquirirán e integrarán los conocimientos de mindfulness como herramienta para aplicar la conciencia plena y así gestionar estados de estrés y ansiedad.

14. Mindfulness

Atención y concentración

Estados mentales rumiativos

Respuesta conscientes. Responder vs Reaccionar.

Reactividad emocional

Generación de pensamientos positivos

Actitud Mindfulness



EQUIPO DOCENTE



María Alonso Blanco. *Directora académica de escuela BEST coaching.*

Master en coaching personal y profesional, Inteligencia Emocional y PNL. Facilitadora de procesos participativos. Experta en coaching con caballos y liderazgo de equipos.

María Arias Samaniego. *Responsable del área empresas de escuela BEST coaching.*

Especialista en Coaching Personal y Profesional. Experta en desarrollo y gestión de equipos de alto rendimiento. Especialista en Disciplina positiva.



Sol Caballero Sánchez

Psicóloga sanitaria. Orientadora y docente. Experta en igualdad de oportunidades y coaching personal y profesional. Colaboradora y ponente en distintas asociaciones, organizaciones y administraciones públicas.

Xarles González Pedro.

Especialista en coaching profesional con inteligencia emocional y PNL. Director Ejecutivo de Instituto del Optimismo. Orador motivacional. Experto en programas de Bienestar y Mindfulness.



Verónica Aparicio San José

Psicóloga. Experta en coaching e Inteligencia Emocional, comunicadora, instructora de yoga, estudiante y facilitadora de un curso de milagros.

PRECIO, RESERVA Y PAGO

EXPERTO EN COACHING TRANSPERSONAL

Nivel 1

On line en directo

2.500€

Impuestos incluidos

Dado el carácter eminentemente práctico y vivencial del programa, los grupos están reducidos en cada edición a un máximo de 15 personas.

La preinscripción se realizará en: formaciones@escuelabestcoaching.com

PROCESO DE ADMISIÓN:

- Carta de motivación redactada por el alumno y Currículo vital.
- Entrevista personal telefónica.
- FORMALIZACIÓN DE LA MATRICULA CORRESPONDIENTE

CALENDARIO DE CLASES

Febrero / Septiembre
2025

Con el fin de que el alumno pueda conciliar la asistencia a clase con su vida profesional y personal las clases se realizan los viernes de 16 a 21 horas y los sábados de 9 a 14 horas.

Febrero

o 28 (viernes tarde). Introducción y Bienvenida

Marzo

o 1 (sábado mañana). Fundamentos del coaching

o 7 y 8 (viernes tarde y sábado mañana). Fundamentos de la persona

o 14 y 15 (viernes tarde y sábado mañana). Fundamentos de la persona

o 28 y 29 (viernes tarde y sábado mañana). Metodología

Abril

o 4 y 5 (viernes tarde y sábado mañana). Metodología

o 11 y 12 (viernes tarde y sábado mañana). Inteligencia Emocional

o 25 y 26 (viernes tarde y sábado mañana). Gestión del cambio

Mayo

o 9 y 10 (viernes tarde y sábado mañana). Inteligencia emocional

o 16 y 17 (viernes tarde y sábado mañana). Gestión del cambio

o 23 y 24 (viernes tarde y sábado mañana). Relación de ayuda

Junio

o 6 y 7 (viernes tarde y sábado mañana). Mindfulness

o 13 y 14 (viernes tarde y sábado mañana). Comunicación 360°

o 20 (viernes tarde). Trabajo en grupo

Septiembre

12, 13 y 14 (viernes tarde y sábado completo y domingo mañana).

Presentación de proyectos. Coaching grupal y de equipos.

Gimnasio de coaching

Miércoles de 17 a 20 horas.

9 y 30 de abril, 7, 14 y 21 de mayo, 4, 11 y 18 de junio

Por causas excepcionales la escuela se reserva el derecho a la modificación de las fechas de clase, siempre previo aviso a los alumnos.

