



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

---

FUNDACIÓ URV  
CENTRE DE FORMACIÓ PERMANENT

# Máster en Coaching del Desarrollo Personal y Vulnerabilidad Psicosocial

El coaching es un entrenamiento que tiene como finalidad desarrollar el potencial latente de las personas, de forma metódica estructurada y eficaz, una nueva forma de orientación que quiere potenciar las posibilidades de las personas en todos sus ámbitos de vida: relaciones personales, familiares, laborales ...

El coaching ha demostrado su validez como herramienta de cambio eficaz en muchos entornos, pero a pesar de ser una técnica de intervención, hasta ahora no se ha aplicado en personas vulnerables por razones psicosociales. Más específicamente, con personas que enfrentan diferentes adversidades, como volver a la rutina después de superar una grave enfermedad, reinserción tras cometer un delito, mujeres víctimas de violencia de género, etc. **Este es el enfoque innovador del máster: adaptar las técnicas empleadas en las empresas y para los profesionales más competitivos para que sean de ayuda en los ámbitos más necesitados o desfavorecidos.**

Para poder realizar una intervención adecuada de coaching para personas vulnerables o en riesgo de exclusión social, hay que entender el desarrollo personal, que es un proceso por el cual los individuos desarrollan sus habilidades, destrezas y capacidades con el fin de alcanzar metas en el proyecto de vida. Sin embargo, en algunas ocasiones se necesita ayuda para planificar y alcanzar los objetivos. El coaching en el desarrollo personal se basa en aumentar la autoconciencia, enfocándose en los proyectos de vida, los desafíos personales y las aspiraciones; otro objetivo es evaluar los cambios de vida, mientras se valoran las fortalezas y debilidades para mejorar ciertas áreas de la vida. De este modo, el coaching mantiene una estrecha relación con la intervención en el desarrollo personal, teniendo en cuenta que todas las personas tienen proyectos, metas y objetivos en sus vidas. Del mismo modo que un deportista recurriría a un coach para entrenar y apoyarle en sus objetivos deportivos, un coach de desarrollo personal está ahí para apoyar, alentar y enseñar técnicas expertas para que la persona se sienta cómoda y empoderada en los cambios que quiere hacer en su vida.

En definitiva, es un entrenamiento que tiene como finalidad desarrollar el potencial latente de las personas, de forma metódica estructurada y eficaz. Es una nueva forma de orientación que quiere potenciar las posibilidades de las personas en todos sus ámbitos de vida: relaciones personales, familiares y laborales.

El programa está diseñado bajo las recomendaciones de la **Federación Internacional de Coaching (ICF)**. El programa se basa en estrictos supuestos comprobados científicamente y estrictos principios éticos e incorpora en el proceso educativo sesiones de coaching individual y grupal para todos los estudiantes como proceso de formación y

crecimiento personal.

## Ficha Técnica

---

### Dirigido a:

Formar profesionales de ámbitos como la Psicología o la Psicopedagogía en técnicas de coaching, ya contrastadas en el ámbito empresarial, y ahora dirigidas y adaptadas al entorno asistencial (social, educativo y sanitario principalmente), capaces de:

- Intervenir en las metas de desarrollo humano a lo largo del ciclo vital para promover el bienestar personal y el crecimiento personal.
- Conocer en profundidad las etapas del desarrollo personal a lo largo del ciclo vital
- Entender el desarrollo personal a lo largo del ciclo vital.
- Entender las bases y fundamentos sobre los que se sostiene el coaching.
- Conocer y profundizar los diferentes tipos de coaching y la aplicación en los ámbitos específicos del máster.
- Diseñar planes de cambio que potencien el talento.
- Definir y formular objetivos y metas, así como el proceso para conseguirlos.
- Diseñar planes de coaching personalizados.
- Dominar estrategias que permitan transformar las dificultades en oportunidades.
- Uso de la investigación científica con fines aplicadas al entorno.

### Código:

MCOPSIEP-M1-2022-1

### Título al que da derecho:

Máster

### Objetivos:

Formar profesionales de ámbitos como la Psicología o la Psicopedagogía en técnicas de coaching, ya contrastadas en el ámbito empresarial, y ahora dirigidas y adaptadas al entorno asistencial (social, educativo y sanitario, principalmente), capaces de:

**Módulo:**M5. Modelos y recursos alternativos al servicio del coaching**ECTS:**3**Duración:**30 h.

**Contenido:**5.1. Cuerpo y movimiento 5.1.1. Presentación del AeM y sus modelos básicos

5.1.2. Rituales de inicio para la creación de contextos de confianza y aprendizaje a5.1.3.

Las 5 disposiciones al movimiento5.1.4. Tensiones y disposiciones5.1.5. El modelo Alba

Emoting5.1.6. Diseño y presentación en movimiento del Plan de acción de continuidad y

recurrencia 5.2. Programación neurolingüística (PNL) 5.2.1. Introducción a la PNL: ¿qué es?

Las presuposiciones, modelo VAKO i BAGEL: representaciones sensoriales. Filtros de la

realidad5.2.2. Objetivos según la PNL: formulación correcta y eficiente5.2.3. Establecer

relaciones de confianza mediante la experiencia verbal y no verbal: calibrar e igualar,

posiciones perceptivas5.2.4. Submodalidades y metamodelo del lenguaje5.2.5. Niveles

lógicos y metaprogramas

**Módulo:**M6. Vulnerabilidad psicosocial**ECTS:**1**O****Duración:**100 h.**Contenido:**6.1. Introducción a

la vulnerabilidad psicosocial 6.1.1. Vulnerabilidad psicosocial y factores de riesgo6.1.2.

Aspectos psicosociales de la vulnerabilidad y la exclusión social6.1.3. Vulnerabilidad

psicosocial en el ámbito sanitario6.1.4. Vulnerabilidad psicosocial en el ámbito educativo6.1.5.

Vulnerabilidad psicosocial en personas privadas de la libertad o con medidas de judiciales

6.1.7. Vulnerabilidad psicosocial en catástrofes naturales6.1.8. Impacte de la vulnerabilidad psicosocial en el desarrollo personal6.2. Grupos vulnerables6.2.1. Centros de acogida6.2.2. Instituciones penitenciarias6.2.3. Menores inmigrantes no acompañados6.2.4. Personas inmigrantes6.2.5. Personas víctimas de violencia de género6.2.6. Personas víctimas de discriminación6.2.7. Reinserción laboral en personas que han cumplido medidas de justicia  
6.3. Talleres con expertos

**Módulo:M7. Coaching del desarrollo personalECTS:8Duración:80 h.Contenido:**7.1. Primeros pasos del desarrollo personal 7.1.1. ¿Qué es el *coaching* del desarrollo personal?7.1.2. El continuo del *coaching* del desarrollo personal 7.1.3. Creación y uao de un acuerdo de coaching de desarrollo 7.1.5. Gestión y manejo de las emociones 7.1.6. Coaching que conduce a un estilo de vida exitosa7.2. Laboratorio de coaching para el desarrollo personal7.3. Coaching del desarrollo personal en personas con vulnerabilidad psicosocial

7.3.1. El coaching como herramienta de resiliencia ante las adversidades**Módulo:M8. Gestión directiva y organizacionalECTS:3Duración:30 h.Contenido:**8.1. Dirección de gestión de proyectos8.1.1. Conceptos esenciales de la dirección de proyectos8.1.2. Estructura y ejecución de un proyecto8.1.3. Diferentes metodologías para la gestión de proyectos (Gante, PERT / CPM, cadena crítica, cascada, Agile, Six sigma).8.1.4. Relación con los agentes interesados8.2. Coordinación solvente de proyectos8.2.1. Gestión por procesos8.2.2. La triple restricción: alcance, tiempo y costes8.2.3. Técnicas y herramientas más utilizadas8.3.

Motivación en el liderazgo de equipos8.3.1. Definición de los objetivos del equipo8.3.2. Definición de los objetivos personales8.3.3. Aprender a delegar8.3.4. autocontrol emocional 8.3.5. Motivación de equipos8.3.6. Aplicación de la inteligencia emocional como directivo8.4. habilidades directivas8.4.1. Selección de personal y de equipo8.4.2. Estilos de liderazgo8.4.3. cultura organizacional8.4.4. Valores y cultura organizativa8.4.5. Niveles y cualidades directivas 8.4.6. Función de planificación y organización8.4.7. Mecanismos de coordinación8.4.8. diseño organizativo8.4.9. Business partners. Servicios compartidos (shared services), externalización (outsourcing)

**Módulo:M9. Formación personal vivencialECTS:5Duración:50 h.Contenido:** Coaching directo sobre el alumno para desarrollar su crecimiento personal, el establecimiento de metas personales y profesionales, descubrir el propio potencial para la mejora de la creatividad, la adaptación al cambio, mejorar las relaciones, etc. mediante:9.1. Sesiones de coaching individuales

9.2. Sesiones de coaching grupales

9.3. Talleres vivenciales presenciales**Módulo:M10. Formació pràcticaECTS:6Duración:60 h. Contenido:**Este módulo tiene dos vertientes o fases.En la primera fase, el estudiante recibe coaching personal y grupal a cargo de los coaches mentores (profesorado del curso).En la segunda fase, cada estudiante hará prácticas de coaching individual con personas voluntarias. Estas prácticas de intervención directa del alumno las supervisarán coaches mentores (tutores del curso).**Módulo:Trabajo final de másterECTS:6Duración:60 h.Contenido.**

Fundación URV. Centro de Formación Permanente Av Onze de Setembre, 112. 43203 REUS  
Tel.: 977 779 950 Fax: 977 310 113 [www.fundacio.urv.cat/formacio](http://www.fundacio.urv.cat/formacio)