



PROGRAMA CERTIFICADO

CURSO DE (250H)

COACHING PROFESIONAL CON INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PNL

Escuela de Coaching, Inteligencia
emocional y liderazgo.



ÍNDICE

1

Bienvenida

8-11

Programa
formativo

2

Qué conseguirás

12

Detalles de la
formación

3

Para quién

13

Proceso
Admisión

4-7

El valor
humano

14-15

Inversión y
contacto





Es un honor darte la bienvenida a este programa formativo de Coaching profesional con Inteligencia Emocional, diseñado con la ilusión y la convicción de que la verdadera transformación comienza dentro de cada persona.

Vivimos en una sociedad en la que necesitamos más líderes conscientes, más profesionales capaces de gestionar sus emociones y acompañar a otros con empatía, claridad y autenticidad. Este programa nace para responder a esa necesidad: formar coaches preparados no solo en técnicas y herramientas, sino también en el arte de vivir y liderar con corazón y conciencia.

Porque este programa no está pensado únicamente para tu futuro como coach, sino también para ti como persona. Lo que aprendas aquí lo implementarás en tu día a día, mejorando la forma en que te relacionas contigo mismo, con tu familia, con tus amigos, con tu equipo de trabajo y con todo tu entorno. Aprenderás a vivir con más consciencia, serenidad y confianza, y ese cambio interior será tu mejor carta de presentación ante el mundo.

Mi compromiso como directora es acompañarte en cada paso, ofreciéndote un entorno de aprendizaje cercano, humano y exigente, donde podrás crecer como persona y como profesional. Si decides unirse a esta formación, no solo adquirirás conocimientos, sino que vivirás un proceso de transformación que marcará un antes y un después en tu camino.

Con todo mi cariño y profesionalidad,

María Chaqués

Directora del Programa





CON ESTA FORMACIÓN CONSEGUIRÁS:

- Un profundo autoconocimiento, que te permitirá comprender y gestionar tus propias emociones.
- El desarrollo de competencias de coaching, avaladas por estándares profesionales, para acompañar de manera ética y eficaz a tus clientes.
- La integración práctica de la inteligencia emocional, para fortalecer la comunicación, las relaciones y el liderazgo.
- Una experiencia transformadora que impactará en tu vida personal, familiar y profesional.

Lo que hace única a esta formación es la suma de la **Inteligencia Emocional y la PNL como pilares de crecimiento**. Dos disciplinas que multiplican el valor del coaching: la primera aporta profundidad, autoconciencia y gestión emocional; la segunda, técnicas prácticas para transformar creencias, potenciar recursos y generar cambios duraderos.

“Si sientes que ha llegado el momento de crecer y transformar tu vida, esta formación es tu oportunidad para dar el paso y convertirte en la mejor versión de ti mismo”



***“Formación creada
para quienes lideran,
acompañan y quieren
transformar vidas”***



¿A QUIÉN VA DIRIGIDA ESTA FORMACIÓN?

Este programa está pensado para ti, que sientes la necesidad de crecer y dar un paso más en tu vida personal y profesional.

-  Directivos y mandos intermedios
-  Líderes y jefes de equipo
-  Psicólogos y terapeutas
-  Coaches y formadores
-  Educadores y docentes
-  Profesionales de RR. HH.
-  Profesionales de la salud y el bienestar
-  Emprendedores y autónomos
-  Personas en reinversión profesional
-  Cualquier persona que busque crecer y fortalecer sus competencias emocionales

Ya sea que lo vivas como una oportunidad de desarrollo personal, como una inversión en tu futuro profesional o como un complemento valioso a tu experiencia, esta formación te permitirá descubrir tu verdadero potencial y ponerlo al servicio de los demás.

***“Porque más allá de aprender coaching, aquí
vivirás un proceso de transformación que
marcará la diferencia en tu vida”***





***“Formamos con corazón,
conciencia y profesionalidad”***

NUESTRA MISIÓN

Acompañar a personas y profesionales en un viaje de transformación a través del Coaching con Inteligencia Emocional. Ponemos en tus manos herramientas prácticas y profundas que te ayudarán a conocerte mejor, gestionar tus emociones con sabiduría y liderar tu vida con conciencia.

Queremos que esta escuela sea mucho más que un lugar de formación: un espacio humano, cercano y de confianza, donde puedas descubrir todo tu potencial y llevarlo a tu día a día, en tu familia, en tu trabajo y en la sociedad.

NUESTROS VALORES

Nuestros valores son el corazón de esta escuela: guían cada decisión, cada clase y cada proceso formativo. Son la base sobre la que construimos una experiencia transformadora para nuestros alumnos y para la sociedad.

- Humanidad: tratamos a cada alumno desde la cercanía, la empatía y el respeto.
- Excelencia: ofrecemos una formación seria, de calidad y siempre en evolución.
- Inteligencia Emocional: enseñamos a conocerse, gestionar las emociones y construir relaciones sanas.
- Transformación: buscamos cambios reales que se mantengan en el tiempo.
- Ética y Confianza: trabajamos con responsabilidad y transparencia, generando vínculos sólidos.
- Impacto Social: nuestro propósito es dejar huella positiva en las personas y en la comunidad.



NUESTRO VALOR HUMANO



**Directora del
Programa Formativo**

María Chaqués



**Formadora Experta en
Gestión de Equipos**

Romina Moya



**Formador Experto en
Inteligencia Emocional**

Raúl Roig



Formadora Experta en PNL

Mamen Garrido



MARÍA CHAQUÉS

**Coach Experta en Liderazgo
e Inteligencia Emocional**

María Chaqués es Coach y formadora con más de 10 años de experiencia, experta en actitud positiva y liderazgo personal. Su trayectoria está avalada por una sólida formación académica en PNL, coaching, marketing, comunicación, dirección de empresas y psicología, que respalda su visión integral y multidisciplinar del desarrollo humano

Es gerente del centro de Terapias Naturales Benestar, un espacio creado para promover el bienestar entre cuerpo y mente. Además, su labor formativa está siempre orientada al liderazgo personal, impartiendo cursos sobre Mindfulness, Motivación Personal, Gestión de Equipos, Técnicas de Venta, liderazgo y Coaching personal y profesional.

Su interés por la psicología positiva y el desarrollo personal la ha llevado a trabajar por y para las personas, aplicando diversas metodologías como el Coaching, la Programación Neurolingüística, la Meditación y el Yoga.

Es autora de tres libros que reflejan su filosofía de vida:

- ¿Qué tomas para ser feliz?
- Elige ser feliz, pase lo que pase
- Hoy es el mejor día de tu vida

Colabora habitualmente con empresas, asociaciones y escuelas, llevando su enfoque práctico, humano y transformador. Actualmente, es Directora del área España de la Escuela Internacional de Coaching y Desarrollo Personal En Línea Positiva, forma parte del Equipo Internacional de Emprendedores en Expansión, es Miembro Líder Coach de la Asociación de Liderazgo Internacional GROW y conductora del programa de radio Ser, Hacer y Tener Radio, la radio humanista.



RAÚL ROIG

**Coach Experto en
Inteligencia Emocional**

La pasión de Raúl es la formación y el desarrollo personal, acompañando a las personas a descubrir y potenciar la mejor versión de sí mismas. Ha impartido cursos para ayuntamientos, empresas y academias, siempre con un enfoque práctico y humano.

Su formación es muy amplia, Licenciado en Derecho, Coach personal con PNL y Experto en gestión de equipos, además de haber participado como conferencista online en eventos internacionales de la Organización Mundial de Coaching y Desarrollo Personal En Línea Positiva.

Apasionado de la inteligencia emocional, colabora como voluntario en Desata tu Potencial, impartiendo programas de inteligencia emocional y psicología positiva en institutos, sembrando así herramientas de vida en los más jóvenes.

Raúl aporta al programa una visión profundamente humana y práctica del coaching. Su experiencia de más de 15 años liderando equipos comerciales le permite transmitir herramientas reales de gestión de personas y motivación. Su pasión por la inteligencia emocional y su labor como voluntario en institutos acercan al aula una forma cercana y aplicable de enseñar, inspirando a los alumnos a descubrir la mejor versión de sí mismos y a acompañar a otros desde la empatía y la autenticidad



ROMINA MOYA

**Coach Experta en Gestión
áreas industriales y equipos**

Romina Moya combina una sólida formación académica con una marcada vocación por el desarrollo personal y profesional. Es Ingeniera Técnica Informática y licenciada en Ciencias Empresariales, con un Máster en Dirección de Marketing y Ventas, además de formación en consejos de administración y buen gobierno.

Su especialización en el ámbito humano la llevó a completar un Curso de Experto en Coaching Personal con PNL e Inteligencia Emocional, así como formación en Psicología Transpersonal (EDT, convalidada por la Universidad Miguel de Cervantes).

En el ámbito profesional, Romina es la directora general de la empresa Gain, pionera en la gestión de las áreas industriales, desde la que dirige a su propio equipo de trabajo e interacciona con centenares de empresas y miles de trabajadores. Gestiona el área industrial de GAIN, y es además fundadora de dos empresas: la agencia de comunicación PLUS EVENTS y la tecnológica INDUSTRIAL TECH.

Su experiencia le ha permitido destacar en la enseñanza de contenidos técnicos y prácticos en marketing, ventas y dirección empresarial, a lo que suma habilidades avanzadas de comunicación, creatividad y expresión oral.

Ha facilitado entrenamientos, talleres y formaciones centradas en habilidades interpersonales, liderazgo, coaching y PNL, aportando un enfoque humano, cercano y dinámico en cada proceso de aprendizaje.

Gracias a este perfil tan completo, Romina aporta al programa una visión integral: combina el conocimiento técnico y de gestión con la experiencia docente y el desarrollo personal, ofreciendo a los alumnos una formación enriquecedora, práctica y transformadora.



MAMEN GARRIDO

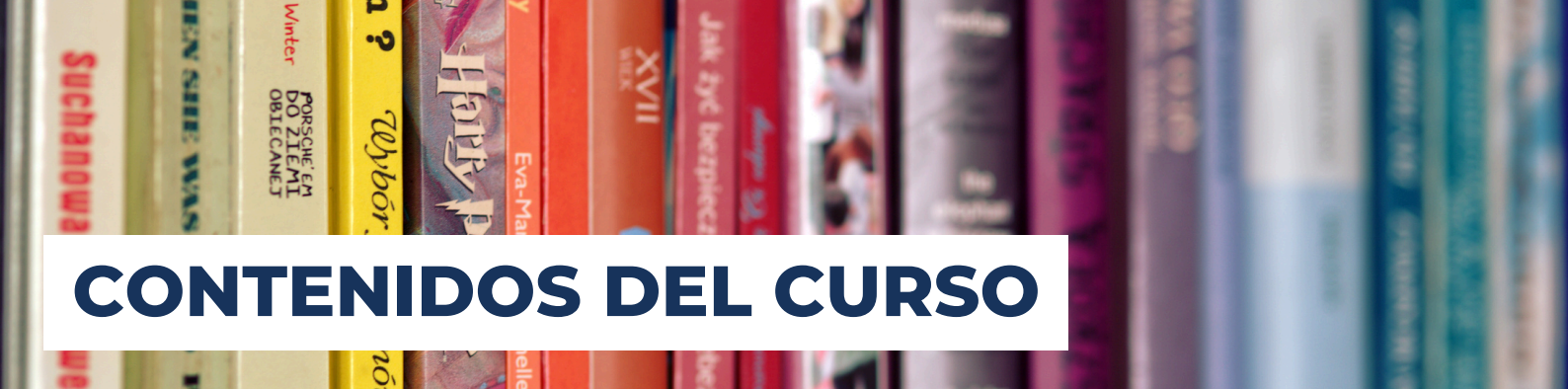
Formadora Experta en PNL

Mamen es Licenciada en Psicología por la Universidad Jaume I de Castellón, inició su trayectoria académica con un fuerte compromiso hacia la comprensión del ser humano. Tras completar sus estudios, se especializó con el Máster en Trastornos Alimentarios y Trastornos de la Personalidad en ADEIT (Valencia), etapa que le abrió las puertas al mundo de la salud mental crónica. Durante cinco años trabajó en diversos Centros Especializados en Enfermos Mentales (CEEMs), una experiencia intensa y transformadora que le enseñó una de las lecciones más valiosas de su vida: “no ser feliz también puede convertirse en una enfermedad”.

Movida por ese descubrimiento, amplió su mirada hacia todas aquellas personas que, sin un diagnóstico clínico, sufrían por no sentirse satisfechas con sus vidas. Así llegó a formarse en el Máster en Coaching con PNL, disciplina que marcó un antes y un después en su desarrollo personal y profesional. Con la Programación Neurolingüística (PNL) descubrió la importancia de la programación mental, del lenguaje y de comprender los mapas personales de cada individuo.

Su pasión por la comunicación la llevó a completar todos los niveles acreditados por la Asociación Española de PNL (AEPNL), incluyendo el Máster en Hipnosis Eriksoniana, hasta convertirse en Socia Didacta de la AEPNL en 2017, acreditación que le permite impartir formación oficial en esta disciplina.

Hoy combina su bagaje en psicología, coaching y PNL para acompañar a personas y profesionales en procesos de cambio profundo, aportando una visión integradora que une experiencia, conocimiento y humanidad.



CONTENIDOS DEL CURSO

Curso de Coaching profesional con Inteligencia Emocional y PNL. 250h

1

Módulo 1. Fundamentos y neurociencia del Coaching

Descubre la esencia del coaching, sus raíces y la ciencia que lo respalda.

- Origen y evolución del coaching.
- Diferencias con mentoring, consultoría y terapia.
- Competencias clave del coach (ASESCO, ICF).
- Ética profesional y responsabilidad del coach.
- Neurociencia aplicada al coaching: cómo funciona el cerebro en procesos de cambio.

2

Módulo 2. El proceso de coaching: fases, metodología y práctica inicial

Aprende cómo se estructura un proceso de coaching y comienza a practicar desde el inicio.

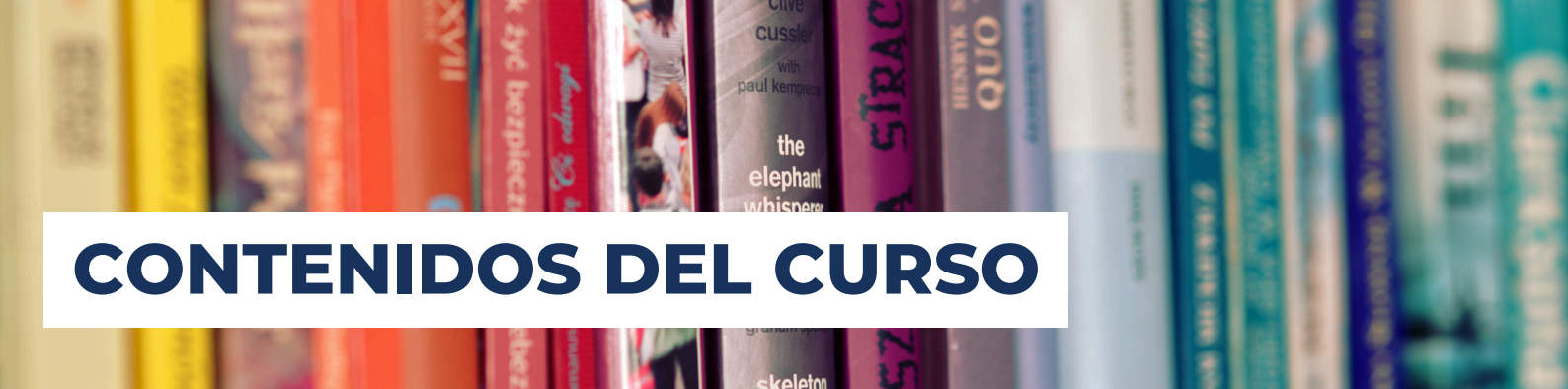
- Acuerdos, contrato y confidencialidad.
- Etapas del proceso: exploración, objetivos, opciones, acción y seguimiento.
- Responsabilidades del coach y del coachee.
- Herramientas digitales para sesiones presenciales y online.
- Inicio de las prácticas supervisadas (40 horas) con planes de acción reales.

3

Módulo 3. Habilidades esenciales del coach

Conviértete en un coach presente y auténtico, capaz de conectar de verdad con tus clientes.

- Escucha activa y niveles de escucha.
- El arte de la pregunta poderosa.
- Rapport, calibración y comunicación no verbal.
- Feedback efectivo y consciente.
- Microentrenamientos de mindfulness para mejorar la presencia en sesión.
- Habilidades en Oratoria.



CONTENIDOS DEL CURSO

Coaching Profesional con Inteligencia Emocional y PNL. 250h

4

Módulo 4. Creencias, valores y PNL aplicada al coaching

Aprende a transformar creencias limitantes en fortalezas y conecta con tus valores esenciales.

- Percepción y realidad: el mapa no es el territorio.
- Identificación de creencias limitantes y potenciadoras.
- Cómo alinear decisiones con los valores personales.
- Herramientas de PNL aplicadas al coaching (anclajes, reencuadres, visualizaciones).
- Ejercicios sistémicos para ampliar la mirada personal y profesional.

5

Módulo 5. Autogestión, hábitos y resiliencia positiva

Frase introductoria:

Aprende a superar bloqueos, rediseñar tu vida y cultivar una mentalidad resiliente y positiva.

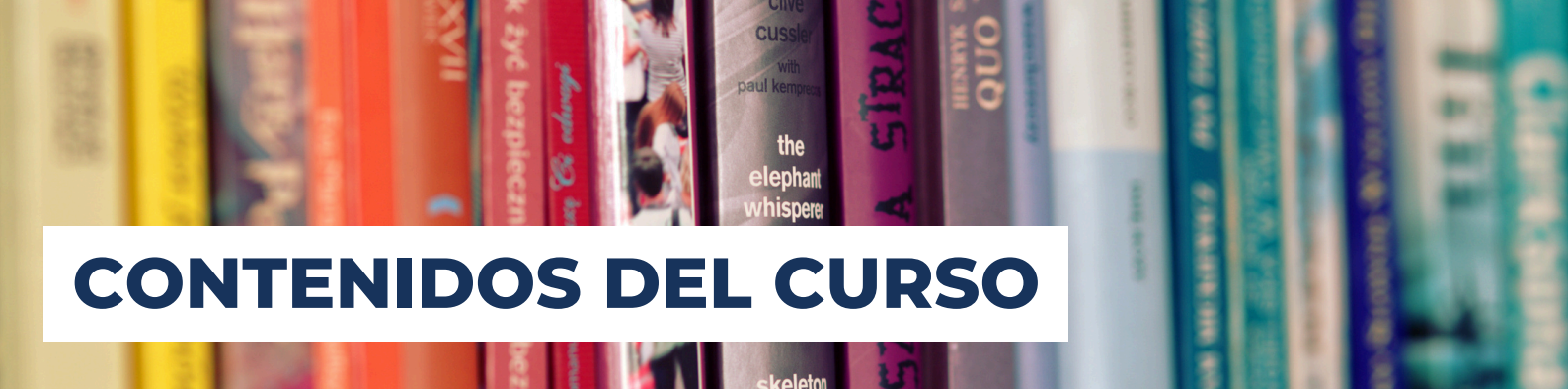
- Identificación de bloqueos personales y el autosaboteador.
- La responsabilidad como motor de libertad.
- Establecimiento de límites sanos y sostenibles.
- Rediseño de hábitos para el crecimiento personal.
- Psicología positiva aplicada: gratitud, optimismo y fortalezas personales.

6

Módulo 6. Inteligencia Emocional en acción

Domina las claves de la inteligencia emocional para liderar tu vida y acompañar mejor a los demás.

- Modelos de inteligencia emocional (Goleman, Mayer-Salovey).
- Autoconciencia y autorregulación emocional.
- Empatía y habilidades sociales aplicadas al coaching.
- Trabajo con emociones: miedo, ira, tristeza, frustración.
- Neurociencia de las emociones: impacto en cuerpo, voz y conducta.



CONTENIDOS DEL CURSO

Coaching Profesional con Inteligencia Emocional y PNL. 250h

7

Módulo 7. Herramientas de coaching. Metas y acción creativa

Convierte objetivos en planes de acción efectivos con herramientas claras y prácticas.

- Modelos para definir metas (SMART, GROW, CLEAR).
- Diseño de planes de acción realistas y sostenibles.
- Técnicas de motivación y toma de conciencia.
- Design Thinking y Visual Thinking aplicados al coaching.
- Dinámicas creativas para desbloquear posibilidades.

8

Módulo 8. Oratoria y Comunicación Impactante

Descubre el poder de tu voz y aprende a comunicar con seguridad, claridad y emoción para inspirar a las personas.

- Técnicas de oratoria para hablar en público con confianza.
- Uso de la voz, el ritmo y el lenguaje corporal como herramientas de impacto.
- Cómo estructurar mensajes claros y persuasivos.
- Estrategias para conectar emocionalmente con la audiencia.
- Superación del miedo escénico y gestión de nervios.
- Prácticas de oratoria aplicadas al coaching y al liderazgo.

9

Módulo 9. Coaching personal, ejecutivo y de equipos

Explora los distintos ámbitos del coaching y aprende a acompañar tanto a personas como a organizaciones.

Contenidos:

- Coaching personal: propósito, valores y objetivos de vida.
- Coaching ejecutivo: liderazgo, motivación y rendimiento.
- Coaching de equipos: roles, cohesión y dinámicas grupales.
- Inteligencia emocional aplicada a equipos y organizaciones.
- Liderazgo consciente y sostenible en entornos profesionales.

CONTENIDOS DEL CURSO

Coaching Profesional con Inteligencia Emocional y PNL. 250h

10

Módulo 10. Proyecto final y desarrollo profesional del coach

Demuestra todo lo aprendido y lánzate al mercado con confianza y autenticidad.

- Elaboración y defensa de un proyecto de coaching completo.
- Estrategias para crear tu propia metodología de trabajo.
- Construcción de tu marca personal como coach.
- Marketing y comunicación ética de servicios de coaching.
- Estrategia digital y redes sociales para tu posicionamiento profesional.
- Plan de carrera y especialización continua como coach.

GRACIAS POR LLEGAR HASTA AQUÍ...

Este programa no es solo una formación, es una experiencia transformadora.

Aquí no vienes únicamente a aprender herramientas o técnicas: vienes a descubrirte, a crecer como persona y a convertirte en un profesional capaz de acompañar a otros en su propio camino de cambio.

A lo largo de estos 10 módulos vivirás tu propio proceso de coaching, integrarás la inteligencia emocional en tu vida y experimentarás cómo, cuando se aprende desde el corazón y la conciencia, el cambio es profundo y duradero.

Queremos que salgas de esta formación con la certeza de que tienes todo lo necesario para marcar la diferencia: en tu vida, en tu familia, en tu entorno laboral y en cada persona a la que acompañes como coach.

Porque un buen coach no solo inspira a los demás, primero se transforma a sí mismo.

Y ese será tu mayor regalo: descubrir que la mejor herramienta eres tú.
Bienvenido/a a un viaje que marcará un antes y un después en tu vida.



DETALLES DEL PROGRAMA FORMATIVO



Para garantizar la calidad del aprendizaje y el compromiso de cada participante, hemos establecido los siguientes requisitos:

- **Título del programa:** Curso Coaching profesional con Inteligencia Emocional y PNL.
- **Duración total:** 250 horas.
 - **Clases presenciales:** 120 horas distribuidas en 10 módulos.
 - **Mentoring individual:** Acompañamiento personalizado con María la directora del programa
 - **Lecturas y trabajos personales:** 40 horas de bibliografía recomendada y ejercicios prácticos.
 - **Estudio y evaluaciones:** 20 horas dedicadas a la preparación, estudio y realización de pruebas tipo test.
 - **Prácticas supervisadas:** 40 horas de sesiones reales de coaching con clientes, con feedback de los mentores.
 - **Mentorías grupales:** 10 horas de acompañamiento y resolución de dudas

El programa se completa con la realización de un proyecto final integrador, donde el alumno plasmará su evolución personal y profesional, demostrando los aprendizajes adquiridos durante la formación.

“Este programa exige un gran compromiso, porque no es solo una formación: es un viaje transformador que te reta a dar lo mejor de ti para convertirte en coach y en tu mejor”



A hand holding a green highlighter is positioned over a calendar and a to-do list. The calendar shows days of the week (MON, TUES, WED, THURS, FRI) and times (8:00, 9:00, 10:00). The to-do list is for November 2024 and includes tasks like 'Study French and Art History' and 'your math homework'.

CALENDARIO DEL PROGRAMA FORMATIVO

La formación se compone de **10 módulos** intensivos distribuidos en fines de semana, con el siguiente horario:

- Viernes tarde: de 16:00 a 20:00 h
- Sábados mañana: de 10:00 a 14:00 h
- Sábados tarde: de 16:00 a 20:00 h

El programa dará inicio en octubre y finalizará en junio, mes en el que se realizarán dos fines de semana de formación.

◆ Fechas de los módulos para la formación de **2025-2026**:

- Octubre : 31 y 1
- Noviembre: 21 y 22
- Diciembre: 19 y 20
- Enero: 23 y 24
- Febrero: 20 y 21
- Marzo: 27 y 28
- Abril: 24 y 25
- Mayo: 22 y 23
- Junio: 12 y 13, además de 26 y 27

Una experiencia transformadora de 10 meses para crecer personal y profesionalmente. Cada encuentro será una oportunidad para descubrir, practicar y potenciar tus habilidades como coach y líder consciente.

Prepárate para vivir un viaje de aprendizaje, crecimiento y conexión auténtica.



PROCESO DE ADMISIÓN

PLAZAS LIMITADAS

Curso Coaching Profesional con Inteligencia Emocional y PNL. 250h

Nuestro mejor deseo es que cada grupo de alumnos mantenga un entorno de calidad, cercano y personalizado. Por ello, el acceso al programa incluye los siguientes pasos:

1. **Solicitud de admisión**

- Envío de un breve formulario con datos personales y motivación para realizar la formación.

1. **Entrevista personal**

- Reunión con la dirección del programa para conocerte mejor, resolver dudas y asegurar que la formación se ajusta a tus expectativas.

1. **Confirmación de plaza**

- En un plazo máximo de 5 días tras la entrevista recibirás la confirmación de tu admisión.

1. **Formalización de matrícula**

- Dispondrás de 10 días para realizar el pago de la matrícula y reserva de plaza. Una vez formalizado, tu plaza quedará garantizada.



INVERSIÓN

“LO QUE INVIERTES ES DINERO, LO QUE TE LLEVAS ES TRANSFORMACIÓN”

Curso de Coaching profesional con Inteligencia Emocional y PNL. 250h



Propuesta Económica

Precio oficial: 3.600 €

Precio especial de lanzamiento:
2.990 €

(válido para matrículas realizadas antes del 20 de octubre)

Modalidad	Condiciones	Importe	Ventaja
Reserva de plaza	Pago inicial del 50% en concepto de matrícula y reserva (se descuenta del precio final).	1.495€	Asegura tu plaza
Pago único	Abono completo al inicio de la formación.	2.990 € → 2.691 € (con 10% de descuento)	Ahorro de 299 €
Pago fraccionado	50% inicial (1.495 €) + 9 mensualidades del 50% restante.	166 €/mes (durante 9 meses)	Flexibilidad de pago



!Será un placer contar contigo!

Ha llegado el momento de dar el paso y apostar por ti.

Este programa no es solo una formación, es un camino de transformación personal y profesional.

Si sientes que es tu momento, aquí tienes tu oportunidad.
Para más información e inscripciones:

Contacto

Centre Benestar, Almussafes (Valencia)

María Chaqués

Directora del programa

