



ESCUELA  
EUROPEA DE  
COACHING

# Coach experto en Gestión Emocional

**DOS ACREDITACIONES CCE DE ICF,  
que suman 48 unidades de formación continua.**

Coach experto en gestión emocional, TEORÍA | 36 CCE

Coach experto en gestión emocional, PRÁCTICAS | 12 CCE

**48**

**CCE**  
ICF CONTINUING  
COACH EDUCATION  
**ICF**



# Índice

Descripción

Homologación y títulos

Perfil del alumno

Duración

Objetivos del programa

Contenidos

Metodología

Decálogo de Innovación Educativa

Equipo de EEC

Cuadro docente

¿Por qué con EEC?

Una comunidad de aprendizaje

EEC, generando una gran red de personas

Información e inscripciones



**Escuela Europea de Coaching: expertos en consultoría y formación en coaching, acompañando a personas y organizaciones desde 2003.**

Escuela Europea de Coaching somos expertos en consultoría y formación en coaching y en el acompañamiento de personas y organizaciones para ampliar sus futuros innovando con métodos propios y humanizando los procesos. Somos una organización con espíritu boutique; un equipo de profesionales valientes, ágiles y comprometidos con el desarrollo sostenible de las personas, los equipos, los sistemas y las organizaciones. EEC es crecimiento, transformación, evolución y futuros.

Más de 4.500 coaches certificados.

Más de 17.000 alumnos en todo el mundo y más de 400 empresas clientes.

España, Andorra, Italia, México, Chile, Argentina y Colombia.

**Escuela Europea de Coaching.  
Ampliando Futuros.**

© EEC | Coach experto en gestión emocional



## Descripción

El Programa “**Consciencia Emocional**” ofrece un análisis, comprensión, experimentación y dominio del universo de las emociones como elementos esenciales en los procesos de transformación. Partimos de la premisa de que somos más efectivos como líderes y/o como coaches cuando conocemos y gestionamos los vaivenes emocionales.

El programa pone el acento en las emociones que se suceden a ambos lados de una relación de acompañamiento durante un proceso de transformación personal y profesional. Por tanto el coach, el psicólogo, el mentor, etc., adquiere herramientas y recursos con los que impulsar a su interlocutor (coachee, cliente, alumno...) a encontrar la emoción imprescindible con la que lograr sus objetivos.

# Homologación y títulos

Este programa consta de 68 horas de formación en gestión emocional, de las cuales 48 corresponden a horas de educación continua aprobadas por ICF y representadas en dos acreditaciones CCE:

1. Coach experto en gestión emocional, Teoría: 36 créditos de educación continua, 30 en competencias clave y 6 en desarrollo de recursos.
2. Coach experto en gestión emocional, Práctica: 12 créditos de educación continua, 9 en competencias clave y 3 en desarrollo de recursos



El participante recibe un Diploma de 68 horas de formación como Coach experto en Gestión Emocional en el que constarán las dos acreditaciones CCE de ICF.

Los créditos de formación continua de ICF son válidos para la renovación de las acreditaciones ACC, PCC o MCC.

## Perfil del alumno

Este programa se dirige exclusivamente a coaches certificados que busquen:

- Aumentar su efectividad en las sesiones de coaching.
- Ampliar su mirada.
- Seguir aprendiendo y desarrollando las capacidades personales y profesionales.

## Duración

La duración total del programa es de 48 horas síncrona y 20 horas asíncronas.



# Objetivos del programa

- Aprender a darle un espacio de calidad al fenómeno afectivo y descifrar el mensaje que comunica.
- Conquistar recursos creativos para el trabajo con clientes, alumnos, paciente, etc.
- Aumentar la consciencia acerca de lo que nos pasa biológicamente cuando nos emocionamos para entender mejor lo que nuestro cuerpo nos quiere comunicar.
- Mejorar la percepción corporal.
- Entrenar fórmulas para sostener la emoción necesaria para el cambio en la relación de acompañamiento.
- Aprender a aplicarnos a nosotros mismos lo aprendido en clase.
- Aplicar nuevas formas de intervención desde el cuerpo, la emoción y el lenguaje.

# Contenidos

## LA TRISTEZA

No siempre nos permitimos pasar por la tristeza. Pasamos de la pérdida de algo valioso a imaginar que no pasó nada. Nos anestesiarnos y pasamos página lo más rápido posible. La tristeza tiene mala prensa. Sin embargo, pasar por la tristeza es la forma de aceptar la pérdida, como parte de los procesos vitales y es la que nos permite encontrar un nuevo sentido a la vida.

## LA ALEGRÍA

La importancia de la alegría “porque sí”. A veces, nosotros mismos nos podemos boicotear, trivializar o no dar el valor que tiene la emoción de la alegría por condicionamientos o creencias limitadoras (miedo al ridículo, a parecer menos profesionales, etc.).

La alegría nos vincula, nos da salud, nos da la fuerza para generar futuro. Exploraremos la liviandad, la importancia de la celebración, la gratitud como una actitud generadora de alegría y el sentido del humor como facilitador del aprendizaje.

## EL MIEDO

Todos tenemos miedo en mayor o en menor medida. La reflexión es ¿qué hacemos cuando tenemos miedo?, ¿cuál es nuestra conversación interna con nosotros mismos cuando aparece el miedo?

La emoción del miedo nos ha permitido llegar hasta aquí. Aprender a diferenciar entre los miedos funcionales y disfuncionales es el punto de partida para afrontarlos y aprender de ellos.

Abordaremos algunos de los miedos más comunes como, por ejemplo, el miedo a tomar una decisión, miedo a que las oportunidades no lleguen, miedo a no gustarle a todo el mundo, miedo a que la gente no esté de acuerdo con lo que decimos, miedo a discrepar, a no ser queridos o aceptados, a no tener nada que ofrecer, etc.



## LA RABIA

La energía que implica la rabia, o bien se encauza y construye o termina siendo destructiva, para uno y/o para los demás.

Según la gestión de la rabia que realicemos, en cuanto a su grado y/o intensidad, nos permitirá obtener respuestas funcionales, o bien dejarnos a merced de nuestros impulsos más primitivos.

Normalizar la rabia como una emoción poderosa puede darnos el valor y el coraje necesario para cambiar nuestros comportamientos.

La rabia está conectada con la dignidad y hace que nos respetemos a nosotros mismos, que planteemos nuestros límites y que los demás los respeten.

## LA CONFIANZA

¿Es un juicio o una emoción? Entrenar la confianza como antídoto a los miedos o las creencias sin fundamento. Reparar la autoestima desde las pequeñas acciones, afrontando las situaciones y no renunciando a nuestros sueños. Arriesgarse para aumentar la autoconfianza.

Entrenar la pérdida de control para generar mayor confianza y, a la vez, dejar espacio para permitir el crecimiento de los demás. Dar confianza la retroalimenta.

## EL ASCO

Nos cuesta reconocer esta emoción en nuestro día a día. De hecho, la tenemos mucho más presente de lo que somos conscientes. Cada vez que rechazo algo o a alguien entra en juego.

El asco no sólo sirve para preservar nuestra salud e integridad, también sirve para preservar las creencias y costumbres de una determinada sociedad.



## EL AMOR

El amor nos permite vincularnos con los demás, con nosotros mismos y con todo lo que nos rodea. Amamos lo que valoramos y conocemos, y conocemos lo que amamos. Si no nos sentimos amados, no nos sentimos reconocidos.

El fin último de todas las cosas que hacemos es el amor, por lo que uno mismo hace o aporta al conjunto, y como el amor del prójimo.

De hecho, podemos amar de forma descompensada en exceso y en defecto. Una de las claves será aprender a amar en su sana expresión, tanto a los vínculos que generamos, como a todas las diferentes formas en las que el amor se manifiesta.

## LA VULNERABILIDAD

Generalmente, asociamos la vulnerabilidad con la debilidad y por eso tendemos a ocultarla. Cuando nos permitimos ver el poder de ser nosotros mismos, de no llevar máscaras, esta mirada sobre la debilidad se transforma en fortaleza. Y, desde ese lugar, se incrementa la conexión con uno mismo, con nuestras luces y con nuestras sombras, al mismo tiempo que mejora la calidad e intensidad en nuestras relaciones.

## LA VERGÜENZA Y LA CULPA

A veces confundimos ambas. La vergüenza está más conectada con nuestro sentimiento de "identidad" y la culpa con nuestros "hacer".

Poder escucharlas, gestionarlas y aprender con ellas y de ellas, nos permite afrontar la vida y las situaciones con mayores recursos.

## LA SORPRESA

A veces la sorpresa nos provoca estrés e inestabilidad emocional y, por ello, la evitamos. En cambio, si nos dejamos sorprender, contribuimos a encontrar más recursos para crecer y flexibilizarnos frente al aprendizaje.

La sorpresa nos conecta con la curiosidad y con la capacidad de asombro, de vivir las cosas como si fuera la primera vez. Si nos dejamos embargar con su emoción, prestamos mayor atención a las cosas y esto nos permite percibir más claro y aprender mejor.



# Metodología

Es un **programa vivencial**, eminentemente práctico, que invita a pasar por la experiencia, aprender de ella en primera persona y elaborar en forma conjunta las aplicaciones prácticas posibles. Parte del trabajo será reencontrarnos con nuestro cuerpo como el gran teatro de las emociones.

Las **tareas y lecturas**, 20 horas aproximadamente, fuera de aula refuerzan y posibilitan la aplicación de lo aprendido en clase.

Además las **sesiones prácticas supervisadas por un coach PCC o MCC** permitirán la consolidación de las herramientas aprendidas en clases.



## FORMACIÓN VIVENCIAL

Las prácticas y ejercicios vivenciales que permiten experimentar los conceptos en primera persona e incorporarlos poco a poco garantizan el aprendizaje y que los participantes los manejen con soltura al término del programa.



## CAMPUS EEC

El material, la documentación y las propuestas complementarias están accesibles para el participante en todo momento y cualquier lugar a través de la plataforma de Campus EEC. La plataforma también permite compartir con los compañeros, facilitadores y coaches y generar nuevas conversaciones.



## AULA SÍNCRONA

Permite la realización de formación lectiva y de prácticas a través de un ordenador conectado a Internet. Son sesiones síncronas en vivo y en tiempo real entre compañeros y formadores, coaches o supervisores de la EEC. Empleamos una plataforma informática específica de formación y facilitamos asistencia técnica personalizada en cada momento

# Decálogo de Innovación educativa

**Nuestro enfoque educativo basado en estos 10 pilares y la combinación de estrategias aseguran un aprendizaje sostenible para profesionales:**

1. EL ROL DEL FORMADOR
2. PERSONALIZACIÓN DEL APRENDIZAJE
3. CONTEXTO EMOCIONAL EN EL AULA
4. CULTIVO DE LAS EMOCIONES QUE FAVORECEN EL APRENDIZAJE Y MOTIVACIÓN DEL ALUMNO
5. APRENDIZAJES BASADOS EN RETOS
6. TRABAJO COLABORATIVO
7. LEARNING BY DOING, DRAMATIZACIÓN Y ROLE PLAY
8. PENSAMIENTO CRÍTICO Y CREATIVO
9. EVALUACIÓN, METACOGNICIÓN Y FEEDBACK
10. USO DE LAS TICS



## 1 Conciencia de aprendizaje y la competencia de "aprender a aprender"

Favorecemos la reflexión, para que cada participante identifique obstáculos y soluciones y se adueñe de su proceso de aprendizaje.

## 2 Contexto de seguridad y confianza

Decidimos aspectos clave del proceso educativo, realizando los ajustes necesarios para una experiencia enriquecedora y sostenible.



## 3 Conexión de los aprendizajes con los intereses de la persona

Buscamos conectar lo que se ve en aula al contexto, situación y metas concretas de cada participante.



## 4 Diseño de mini grupos para la supervisión de las prácticas de coaching

Analizamos las características y particularidades, fomentando la variedad y el equilibrio, buscando el enriquecimiento y la interdependencia positiva.

## 5 Informes personalizados

Respondemos de manera individualizada tras las sesiones prácticas, poniendo en foco en los aspectos más relevantes para el proceso de aprendizaje de cada uno.

## 7 Actividades de refuerzo

Acompañamos al participante hasta que está listo con las sesiones prácticas necesarias, respetando su ritmo de aprendizaje



## 6 Combinación de diferentes actividades formativas y diferentes roles

Diseñamos metodologías, didácticas y herramientas que atienden a las diferentes maneras de aprender, introduciendo el juego y el humor y favoreciendo así un entorno seguro y un acompañamiento adecuado.

# Equipo de EEC

El equipo de EEC está altamente cualificado. Los facilitadores y formadores de la Escuela Europea de Coaching están especializados en Coaching Ejecutivo y certificados por EEC. Cuentan con las máximas homologaciones de ICF, ACC, PCC, y MCC, además de una amplia experiencia profesional y empresarial. Nos avalan más de 20 años de experiencia y los más de 17.000 profesionales que hemos formado en todo el mundo. La participación de los docentes puede variar en función de cada edición.

Todo nuestro equipo docente cumple con los requisitos exigidos por ICF:

- Un itinerario de evaluación y formación continua.
- Se adhiere al código de ética de ICF.
- Y además los supervisores cuentan con la titulación Mentor Coach aprobada por ICF.

La alta dirección de la Escuela Europea de Coaching corresponde a sus socias fundadoras, Silvia Guarnieri y Eva López-Acevedo, quienes se apoyan en una organización flexible y multidisciplinar.



## SILVIA GUARNIERI

Socia fundadora y directora académica de la EEC  
Coach MCC por ICF, Certificada como mentor coach con título avalado por ICF

Licenciada en Farmacia por la Universidad de Buenos Aires. Técnica en Liderazgo y diseño ontológico por el Instituto de Capacitación de Buenos Aires. Co-autora del libro 'No es lo mismo'.



## EVA LÓPEZ-ACEVEDO

Socia fundadora y Directora ejecutiva.  
Coach PCC por ICF, Certificada como mentor coach con título avalado por ICF

Licenciada en Derecho por la Universidad Complutense de Madrid. Liderazgo situacional por el Center for Leadership Studies. Acreditada en el uso de Myer Briggs Type Indicator (MBTI) por Oxford Psychologist.

# Cuadro docente

EEC cuenta con un competente equipo multidisciplinar que cuenta con coaches profesionales senior, expertos en teatro con contrastada trayectoria sobre las tablas como actor/actriz y especialistas en consciencia emocional.



**Rosa Ma Barriuso.** *Executive coach por EEC. MCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Psicología, Universidad Complutense de Madrid. Máster en Psicoterapia para niños y adolescentes, Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.



**Yanina Carchak.** *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Licenciada en Filología Hispánica, Universidad Autónoma de Madrid. Especializada en Fonética.



**Sandra Díaz.** *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Psicología por la Universidad de Salamanca. Máster en Dirección de Empresas, MBA (EOI). Diplomada en Desarrollo de Competencias Directivas (IESE).



**Mavi Catalá.** *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Psicología, Universidad de Sevilla. Máster en RRLL, CEOE. Formación Directiva en IE, IESE, ESADE, Center for Creative Leadership y London Business School. Acreditada uso del MBTI, Instituto de Liderazgo.



**Blanca Huarte-Mendicoa.** *Directora académica EEC Cataluña. Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Instructora de Mindfulness. Licenciada en Psicología Clínica y Organizacional, Universidad de Comillas. Programa de Desarrollo Directivo IESE-Barcelona. PNL coach.



**Mónica Pérez-Zorrilla.** *Executive coach por EEC. MCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada en Sinergología para Coaches y Coaching y Política en la EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Derecho por Universidad Central de Barcelona.



**Manuela Rama.** *Coordinadora en EEC Cataluña. Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Licenciada Ciencias del Trabajo. Estudios de Derecho, Barcelona. Gestión y Dirección de RRHH, EADA. Diplomada en Grafología, Universidad de Salamanca. Formación en Identificación de Creencias Limitantes, Christian Flèche.



# ¿Por qué con EEC?

Inspiramos y acompañamos a las personas para abrir en su vida un universo de posibilidades que amplíe al máximo sus opciones y libere su potencial.

En EEC, el principio y el fin de todo son las personas.

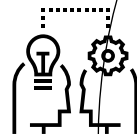
Las personas son el centro de todo lo que hacemos. Sus futuros nuestra mayor ocupación.

Futuro es todo aquello en lo que puede convertirse tu vida y que está en tus manos obtener siendo coherente con tu visión. Futuro es un universo de posibilidades, distinto para cada persona, más amplio desde el momento en el que la EEC se cruza en tu camino.

**Escuela Europea de Coaching.**  
**Ampliando Futuros.**



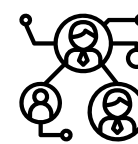
Más de  
35.000 horas  
de coaching ejecutivo  
individual



Coaches certificados  
ACC, PCC, MCC  
por ICF



Equipo de  
coaches consultores  
con amplia experiencia  
en empresa



Supervisores  
acreditados  
como Mentor Coach  
por ICF



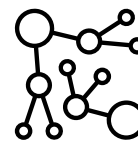
Innovación a la medida  
de cada organización.  
Consultoría boutique



90% de los clientes  
y alumnos son  
altos directivos



60% de las empresas  
del IBEX 35 han sido  
nuestros clientes



Más de  
400 sesiones de  
coaching de equipo



Más de 4.500  
coaches certificados



Más de 400  
empresas clientes



Más de  
17.000 alumnos  
en todo el mundo



EEC es crecimiento,  
transformación,  
evolución y futuro.

## ALUMNI

EEC Alumni es una comunidad de aprendizaje para que los profesionales que pasan por las aulas de la EEC alcancen la excelencia en su práctica profesional como coaches. Este espacio de I+D ofrece actividades formativas, servicios de valor añadido y recursos de calidad para dar respuesta a las inquietudes y necesidades de los alumnos de la EEC.

### Ser miembro de EEC Alumni da acceso a:

**INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS E IDEAS** en una gran comunidad de aprendizaje en la que están presentes profesores, supervisores y compañeros.

**ACTIVIDADES DE FORMACIÓN CONTINUA:** talleres, conferencias y foros para mantener actualizados los conocimientos sobre coaching. Muchas tienen créditos CCE por ICF.

**PROFESIONALES DE PRESTIGIO** nacional e internacional que ofrecen nuevos enfoques para mejorar en la práctica y ampliar nuestra visión del coaching.

**REUNIONES SOCIALES,** actividades lúdicas y culturales.

**SERVICIOS VIRTUALES** como webinars, videos, bibliografía analizada, noticias del sector sobre temas de actualidad y otros enlaces de interés.

**DESCUENTOS EXCLUSIVOS** en los programas que se imparten en EEC, así como en productos y servicios de distintas empresas.

**PARTICIPACIÓN EN GRUPOS** de investigación sobre temas específicos relacionados con el coaching.

# EEC, generando una gran red de personas.

Escuela Europea de Coaching somos una red que nos hace mejores a todos. Una red que se construye más allá de las personas con las que estamos en contacto hoy, incluyendo la red de EEC Alumni y a los antiguos clientes. Todos conformamos un nosotros que comparte una visión y que es un potencial de ampliación de futuro para cualquiera de los nodos de la red.

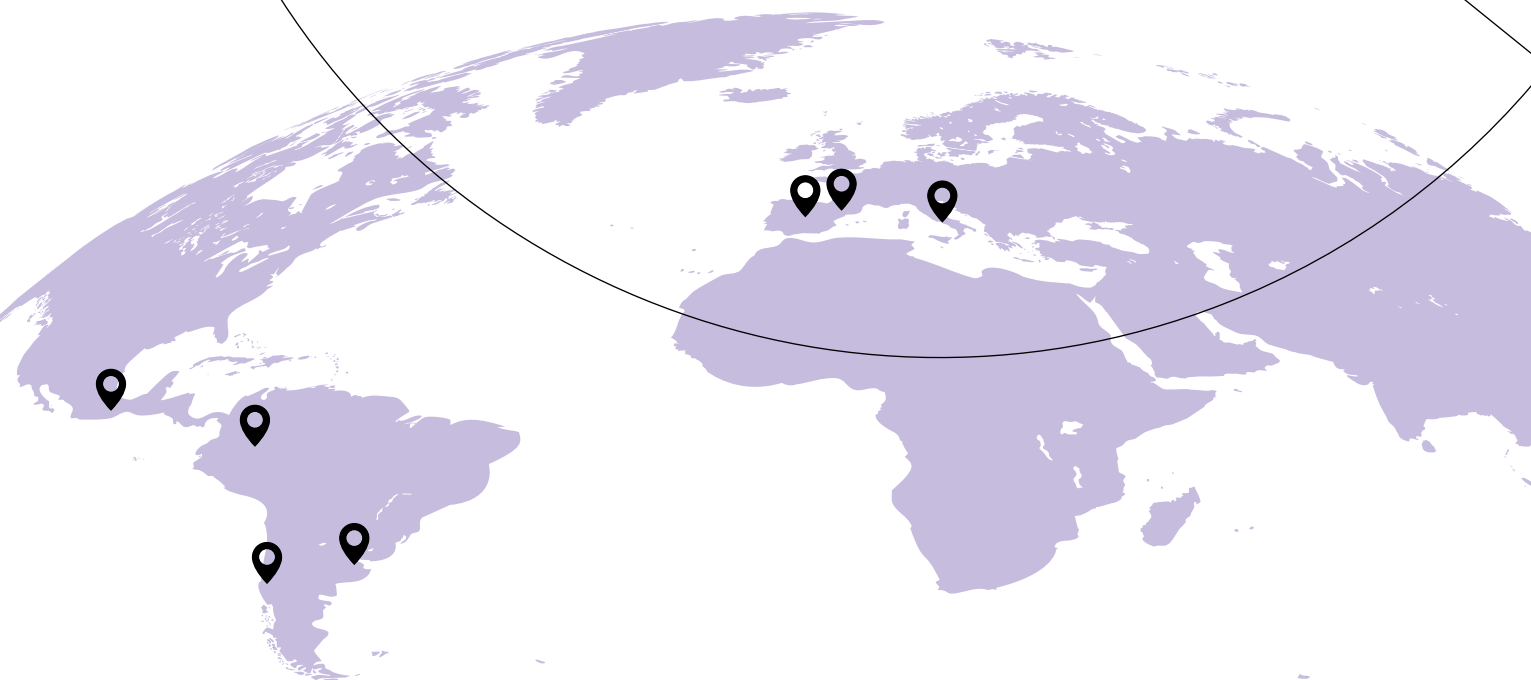
EEC estamos presentes en España, Andorra, Italia, México, Chile, Argentina y Colombia y en cualquier otra parte del mundo a través de la formación blended y los formatos 100% online de todos nuestros programas: la digitalización es un camino para acercarnos.

## EUROPA

España  
Andorra  
Italia

## LATINOAMÉRICA

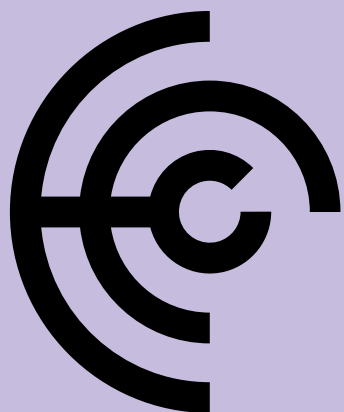
México  
Argentina  
Colombia  
Chile



## Información e inscripciones

Para recibir más información o formalizar una inscripción, por favor, contacte con nosotros en nuestras oficinas centrales, desde donde le derivaremos a la sede en la que prefiera cursar el programa.

*Escuela Europea de Coaching*  
*info@escuelacoaching.com*



**Ampliando  
futuros.**