

Curso Superior de Coaching

PRESENCIAL o 100% ONLINE

Acreditado por International Coaching Community



Organiza



Formación en coaching
para transformar tu vida
personal y profesional.



[Visítanos en la web](#)

Acreditado por:



Curso Superior de Coaching

El Curso Superior de Coaching es un **entrenamiento intensivo y experiencial de 4 días presenciales o 4 fines de semana online** para dar el primer paso en la aplicación profesional del coaching.

Una formación diseñada para quienes desean incorporar el coaching de forma práctica, rigurosa y efectiva en su entorno profesional, desarrollando competencias clave en comunicación, liderazgo y acompañamiento.

El programa otorga la acreditación de iniciación al coaching de la International Coaching Community.

Más que aprender herramientas, este programa te permitirá desarrollar una mentalidad creativa y una autoestima auténtica, así como una forma más consciente y efectiva de crear relaciones.

Trabajarás aspectos clave como:

- Autogestión y bienestar personal
- Liderazgo, colaboración y consultoría.
- Relaciones interpersonales y profesionales.



Con dos recursos que marcan la diferencia

A esta intensiva formación en directo, se le añaden dos recursos formativos que marcan la diferencia.

- **Un curso de especialización online** para profundizar en el ámbito que mejor encaje con tu perfil e intereses:
 - Coaching en empresa
 - Comunicación
 - Desarrollo personal.
 - Coaching de equipos
- Un proceso de **mentoría** personalizada para ayudarte a integrar lo aprendido con seguridad, criterio y aplicación real.

El Curso Superior de coaching es una propuesta formativa completa para iniciarte en el coaching con una base sólida, visión profesional y acompañamiento cercano.

Este programa constituye la **primera etapa de la Certificación Internacional de Coaching**, pudiendo continuarse posteriormente para quienes deseen profundizar y profesionalizarse aún más.



Este curso superior te capacita para

Acompañar a otras personas para que consigan **pensamientos más brillantes en un estado emocional de máximos recursos y bienestar**. De esta manera, están en plena disposición para aumentar sus capacidades y obtener el comportamiento más eficaz para conseguir sus metas.

- Aprendes las aptitudes y técnicas de **comunicación efectiva** para **liderar** a las personas desde los **nuevos modelos potenciadores del talento**.
- Obtienes la formación más prestigiosa en “**competencias blandas**” (soft skills), el aspecto más valorado por las mejores empresas.
- Te capacitas para hacer **sesiones grupales** de crecimiento personal y profesional, así como en cualquiera de las **especializaciones**.



Y mucho más...

- 🌀 Desarrollas las capacidades como **consultor senior** para la relación con clientes al máximo nivel.
- 🌀 Vives un **profundo proceso de cambio y desarrollo personal** además de profesional, una nueva forma de comprender la realidad y crear soluciones, generando resultados y aumentando tu satisfacción personal.
- 🌀 Adquieres **herramientas** para conseguir todos tus objetivos.
- 🌀 Consigues que **tu organización** sea un lugar en el que todos quieran trabajar.
- 🌀 Das un primer paso intensivo como **Coach Internacional**.



COACHING ES...



“El Coaching es una revisión creativa de la vida a la luz de tus valores. Es un impulso cálido y poderoso para conseguir tu mejor version y transformar tu vida.”

Joseph O'Connor



“El Coaching es aprendizaje natural. Es un proceso que hace que brote la semilla de tu máxima expresión a partir de la congruencia con lo que de verdad es importante para ti.”

Daniel Álvarez



“El Coaching es ayudar a alguien a pensar por sí mismo, a encontrar sus propias respuestas, a descubrir su potencial dentro de sí, tanto a nivel profesional como personal.”

John Whitmore

INTERNATIONAL COACHING COMMUNITY

ICC es la mayor escuela internacional de coaching.

Fue fundada en 2001 por Joseph O'Connor y Andrea Lages, reconocidos autores en PNL y pioneros del Coaching. ICC es la escuela con mayor número de coaches del mundo.

Nuestra visión es la de una profesión unida por altos estándares de habilidad y ética.

18.000

Coaches certificados en
todo el mundo.

78

Países





INTERNATIONAL COACHING COMMUNITY

Líder en España

- 32 ediciones realizadas de Coaching individual, y 18 ediciones de Coaching de Equipos desde 2009.
- Más de 700 coaches formados en ICC España.
- Más de 6.000 personas formadas en diversas disciplinas con Instituto Ben Pensante.

Premio Europeo de Calidad (EQA)

ICC utiliza el entrenamiento para la Certificación Internacional en Coaching de Lambent. Este entrenamiento fue galardonado con el Premio europeo a la calidad (EQA) por la European Mentoring and Coaching Council (EMCC) y está mundialmente reconocido.



Lambent UK Ltd programme:
International Coaching Certification Training

Nuestra METODOLOGÍA

Está basada en el “learning by doing”, es decir, “aprender haciendo”. Consiste en hacer, en cada sesión, los ejercicios especialmente diseñados para adquirir las habilidades que el coach necesita.

De esta forma, se va completando el puzzle para alcanzar el compromiso de ICC con sus alumnos:

“Hacer coaching a cualquier persona con plena confianza”.

Los trainers te apoyarán y enseñarán personalmente en cada ejercicio.

El curso superior de coaching es un **entrenamiento** 100 % práctico, igual que cuando sacaste el permiso de conducir: aprenderás haciendo coaching igual que aprendiste conduciendo.



¿CÓMO ES EL COACHING de International Coaching Community?

Cada persona tiene un mapa único de un territorio común.

No hay fracaso, tan sólo aprendizaje.

Si quieres comprender, actúa.

La persona tiene todas sus respuestas, el coach tiene todas las preguntas.

Todo comportamiento tiene un propósito y es necesario conocerlo para transformarlo.

Trabajamos la **capacidad de relacionarse** de la persona consigo misma y con los demás, las dos cuestiones que determinan su éxito en la vida y el trabajo.

El coaching de ICC se basa en las investigaciones en distintas disciplinas como la **inteligencia emocional**, la **neurociencia**, la **psicología deportiva**, la **psicología positiva** y la **programación neurolingüística (PNL)**.

El Coaching a partir de estas disciplinas ha reunido un amplio conocimiento sobre las relaciones humanas y lo ha sistematizado, desarrollando técnicas específicas y fáciles de modelar, para poder así aplicarlas en la **comunicación**, el **aprendizaje** y en conseguir la mejor versión de las personas para alcanzar sus objetivos.





Curso Superior de Coaching

Total: 60 horas de formación

- 32 horas presenciales.
- 12 horas de curso de especialización online
- 12 horas de aplicación práctica y plan de integración.
- 4 h en 2 sesiones de mentoría individual

1. Formación intensiva presencial: 1-4 de Agosto.

Con todos los ejercicios y técnicas para aprender a hacer coaching en la práctica.

2. Mentorización (2 sesiones): agosto-septiembre.

Para la puesta en práctica y plan de integración.

3. Curso de especialización. Octubre – noviembre.

En coaching ejecutivo, comunicación, coaching de equipos o desarrollo personal (6 h de clases, 6 h de prácticas).



Reserva tu plaza o
solicita
información

Formulario de inscripción
e información

Email: daniel.alvarez@benpensante.com

¿Cuál es el TEMARIO?

Formación presencial

1. Introducción

- Concepto de Coaching
- Historia del Coaching
- Diferentes tipos de Coaching
- Diferencias entre Coaching y otras profesiones similares
- Estándares y ética de la ICC

2. Explorando el presente y diseñando el futuro

- Rueda de la vida
- Punto de palanca en la rueda de la vida
- Rueda de liderazgo
- Punto de palanca en la rueda de liderazgo
- Metas

3. Objetivos

- Establecer objetivos
- Objetivos de proceso y de resultado
- Los siete principios del trabajo con metas
- Objetivos a corto y largo plazo
- Metas HUGGS: las más poderosas, creativas y personales
- Tabla de objetivos

4. Valores

- Enfocando los valores
- Valores que respaldan objetivos
- Reglas para los valores
- Hoja de valores
- Rueda de valores

5. Intuición

- Cómo experimentamos y cultivamos la intuición

6. El arte y maestría de las preguntas

- Preguntas poderosas. Ejemplo e impacto
- Suposiciones
- Estados emocionales
- Cómo las preguntas pueden construir o cortar el rapport

7. Proceso de la conversación de Coaching

- Escucha activa
- Diálogo interno
- Juicios de valor

8. La acción de las metáforas

- Creación de imágenes mediante metáforas
- Los valores y las metáforas.
- La creación de sensaciones.

9. Sesión de Coaching en vivo

10. La sesión inicial de Coaching

- Clima
- Datos prácticos
- Proceso de Coaching
- Tareas

11. Plan de acción

- Obstáculos
- Recursos y alternativas
- Suposiciones y perspectivas
- Cómo construir un plan de acción
- Línea del tiempo

Mentorización (2 sesiones)

A través de dos sesiones de mentoría con un coach experto/a, se trabaja en:

1. Definir un plan de acción claro y aplicable.
2. Aterrizar el proceso de coaching en su día a día como líder o experto/a en RR.HH.
3. Integrar lo aprendido en sus conversaciones, decisiones y gestión de personas.

El objetivo es que el coaching se convierta en una herramienta real para liderar con mayor claridad, eficacia y autonomía.

Curso de especialización

La persona elegirá su especialización entre una de estas 4 áreas:

1. **Coaching ejecutivo - Los cinco momentos del líder.**
2. **Comunicación – Coaching para líderes.**
3. **Coaching de equipos.**
4. **Desarrollo Personal – Las etapas del desarrollo socio emocional.**

Consiste en un **curso de 5 lecciones**, cada una con:

- Una clase de una hora y cuarto de duración.
- Prácticas y materiales de consulta.

Trainer de la Certificación Internacional de Coaching

**Daniel
Álvarez
Lamas**



Licenciado en Economía, con especialización directiva en IESE e Instituto de empresa. Tras una exitosa trayectoria de 14 años como directivo en el BBVA, en 2006 decide dar un giro para dedicarse por completo a su vocación: el desarrollo integral y profesional de las personas.

Coach internacional por ICC y Master Practitioner por la NLP University de Santa Cruz (California). Colabora habitualmente con **Joseph O'Connor**, **Andrea Lages** y otros maestros internacionales del coaching, como Robert Dilts, Eric Unestahl y Otto Laske. Editor del **Observatorio del Coaching**. Certificado en Developmental

Assessment por el Interdevelopmental Developmental Institute en Boston. **Fundador del Instituto Ben Pensante**, y conferenciante internacional sobre Coaching, Negociación y Dirección de Equipos. Actualmente compagina su trabajo como Trainer oficial de coaches para España de ICC, con el de coach de directivos y consultor de organización empresarial, trabajando para empresas como Unilever, Repsol y Finsa, entre otras. **Autor del libro “Coaching para líderes”, “Cómo pensar bien” y “Coaching de equipos”**, entre otros, y de diversos artículos en revistas internacionales como First Gull (Rusia) y Grow (Suecia).

Trainer de la Certificación Internacional de Coaching

**Marcela
Parga
Fernández**



Abogada. Mediadora.
**Trainer para España de
la International
Coaching Community.**

Master en Asesor
Jurídico en Medio
Ambiente y Máster en
Creación y Desarrollo
de Empresas, (E.O.I.).
**Practitioner de
Programación
Neurolingüística.**

Coach Internacional
por International
Coaching Community.
Coach Ejecutivo
certificada por IESEC
HUMAN. **Experta en
Gestión de la
Conciliación por IDE-
CESEM.** Facilitadora
Lego Serious Play.
**Instruida en
Comunicación No
Violenta.**

Funda en el año 2002
su gabinete jurídico
Parga Asociados.

Miembro activo de
varias asociaciones de
empresarios, como
entusiasta del
emprendimiento, de la

creación y desarrollo de
organizaciones.

Fomenta la conciliación
de la vida personal y
laboral como
herramienta poderosa
para el impulso del
ámbito empresarial, del
desarrollo y equilibrio
de las personas.

Docente en Escuelas de
negocios y
conferenciante en el
ámbito de la nueva
Cultura de trabajo
**“Empresa
familiarmente
Responsable”.** Facilita
procesos de cambio
organizacionales y
personales en base su
propia trayectoria vital
y profesional.

Conferenciante en
foros empresariales
sobre salario
emocional, e
inteligencia emocional.
Co-autora del **libro
“Coaching de equipos”
y experta en resolución
de conflictos mediante
coaching.**

Master coach
de la
Certificación
Internacional
de Coaching

Natalia
Salgado
Varela



Coach profesional, conferenciante en liderazgo y mentora de líderes.

Con más de 26 años de experiencia en formación de equipos y desarrollo organizacional, Natalia es una referente en el impulso del liderazgo humanista y transformador.

Durante 25 años lideró con éxito la delegación más destacada de Óptica 2000 en El Corte Inglés de Santiago de Compostela, donde fue clave en el diseño y aplicación de modelos de venta innovadores dentro de la corporación.

Actualmente, acompaña a líderes y equipos mediante la metodología práctica

de “Las 5 competencias para apoderarte de tu trabajo”, centrada en la autonomía profesional, el liderazgo desde la autenticidad y la gestión de la diversidad generacional, con resultados comprobados y sostenibles.

Es Coach ejecutiva y de equipos certificada por la International Coaching Community (ICC), de la que también **forma parte de su comité de dirección en España.**

Experta en Programación Neurolingüística (PNL) y apasionada del desarrollo humano integral.

Tutorización continua de tus trainers:

Un itinerario desde que te anotas en el curso:

Tus entrenadores Daniel Álvarez, Marcela Parga y Natalia Salgado te encaminan con un itinerario claro desde que te anotas hasta el momento de la certificación para tu crecimiento como coach.

Durante la formación

Junto a su equipo de coaches, te observan en cada ejercicio para ayudarte a hacer coaching con plena confianza.

Cuando acaba la formación

Los mentores/as te ayudan a emprender o a desarrollarte en el entorno en que desees hacerlo.

Reserva estas fechas

Curso Superior de Coaching – 2026



Formación Presencial

Intensivo del 1 al 4 de agosto

Horario: de 9,30 a 19 h con hora y media para comer.



Mentorización con plan de cambio

Agosto-septiembre.

Se transforma en acción todo lo aprendido con la tutorización de un experto/a (2 sesiones).



Curso de especialización

Octubre. Modalidad “a tu ritmo”.

A elegir entre coaching ejecutivo, comunicación, coaching de equipos o desarrollo personal.

(curso de 6 h de videos, 6 h de prácticas).

Modalidad Online - 2026

Reserva estas fechas



Formación

Viernes 17:00 a 20:00 h España
Sábados 16:30 a 20:30 h

+1 h de Coaching semanal

PRESENTACIÓN: Martes 26 de mayo - 19:00 a 20:30 h

Mayo: 29 y 30.

Junio: 5, 6, 19, 20, 26 y 27.



Mentorización con plan de cambio

Agosto-septiembre.

Se transforma en acción todo lo aprendido con la tutorización de un experto/a (2 sesiones).



Curso de especialización

Octubre. Modalidad "a tu ritmo".

A elegir entre coaching ejecutivo, comunicación, coaching de equipos o desarrollo personal.

(curso de 6 h de videos, 6 h de prácticas).

Si te apuntas en Mayo, te facilitamos tu mejor inversión:

~~1.750 €~~

1.200 €

Precio
de la Formación

Incluye:

- Diploma de “Iniciación al coaching” oficial de International Coaching Community (cuota incluida).
- Diploma de Instituto Ben Pensante de “Curso Superior de Coaching”.
- Diploma del Instituto del “Curso de Especialización”.

Curso bonificable por la
Fundación Tripartita (Fundae)



Facilitamos

4 becas de 250 €


para que no haya obstáculos
para la pasión y el talento.

✉ Consúltanos para más
información.




4,9 ★★★★★ 57 comentarios de Google

Una formación de máxima valoración

“ ★★★★★ Me 
apunte a la formación de
Certificación Internacional de
Coaching con la intención de
aprender... [leer más](#)



Sherpa Life - by J...

“ ★★★★★ La 
Certificación Internacional de
Coaching ha sido un proceso
enriquecedor y que me ha
aportado... [leer más](#)



Susana Serantes

[Pulsa aquí](#) para ver los comentarios ..

“ ★★★★★ La 
certificación de Coaching de
ICC es una experiencia muy
enriquecedora que me ha
aportado un... [leer más](#)



Beatriz Fernandez

“ ★★★★★ 
Acabo de terminar las clases
para certificarme cómo
Coach... Han sido unos meses
muy intensos, he... [leer más](#)



Biencha Larvi



Reserva tu plaza o solicita información

1. **Formación intensiva presencial:** 1-4 de Agosto o en junio, en modalidad online.
2. **Mentorización (2 sesiones):** agosto-septiembre.
3. **Curso de especialización.** Octubre – noviembre.

Formulario de inscripción e información

Email: daniel.alvarez@benpensante.com



¡CERCA DE TI!

Nuestro propósito es acompañarte en este proceso de decisión para tu crecimiento personal y como profesional.

¿QUIERES CONVERSAR? Podrás elegir a uno de los trainers o a estudiantes de la Certificación del mismo perfil que tú.

Contáctanos para darte más información



+34 640 760 592 (10 - 14H)



hola@benpensante.com

