



COACHING PARA EMPRENDEDORAS

PEDRO DE GEA CÁNOVAS

Coach Ejecutivo



Programa



- Introducción al Coaching
- El emprendedor y el viaje de emprender.
- Gestión de las emociones básicas en el proceso.
- Herramientas para el emprendedor
- Grow
- Formulación metas y objetivos.
- Dafo Personal
- Como vender mejor tu proyecto
- Plan de acción personal

Coaching para Emprendedoras

¿que es el coaching?



¿Que es el coaching?



Coaching



¿Que es el coaching?



¿Cómo funciona el coaching?

El proceso en 7 Pasos:

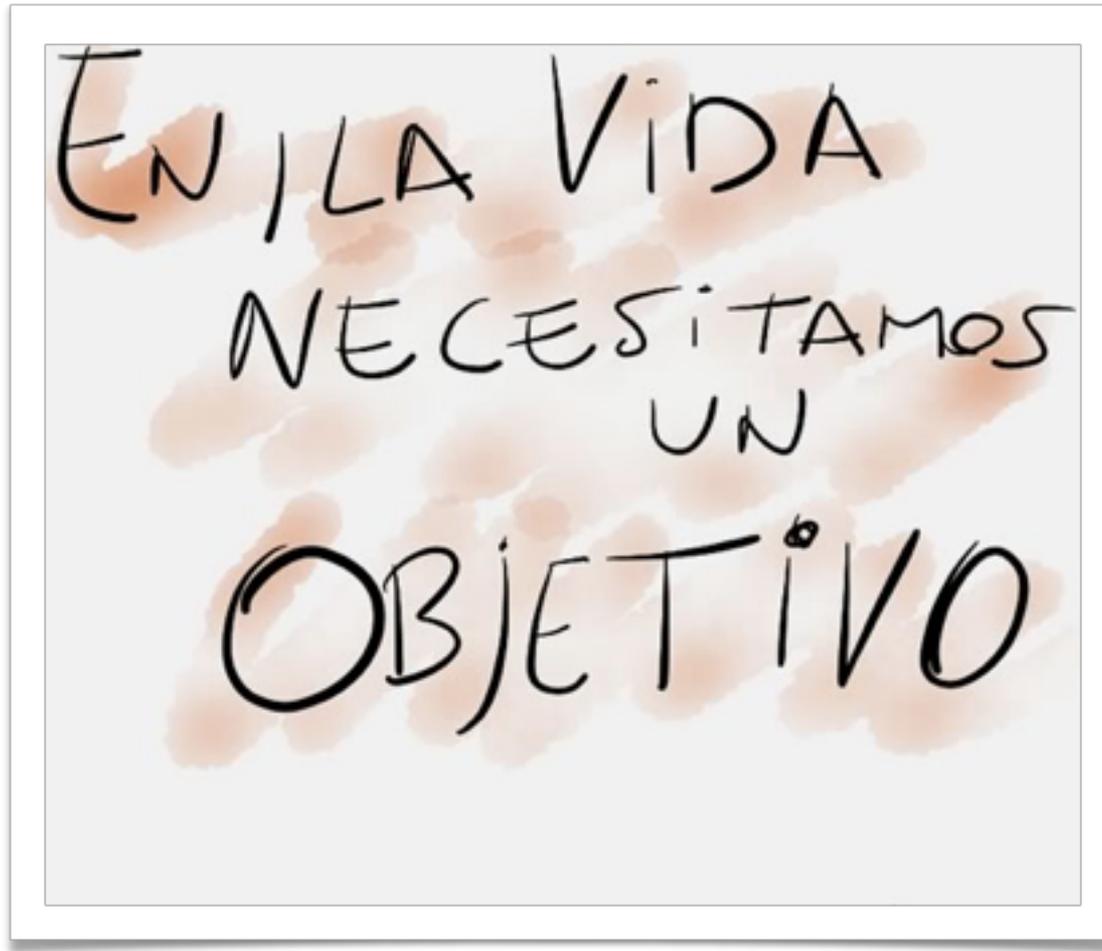
- 1. Observación**
- 2. Toma de conciencia**
- 3. Marcar objetivos**
- 4. Actuar**
- 5. Medir**
- 6. Compromiso**
- 7. Motivación**

Observación

Observación



Marcar objetivos



Actuar



Medir

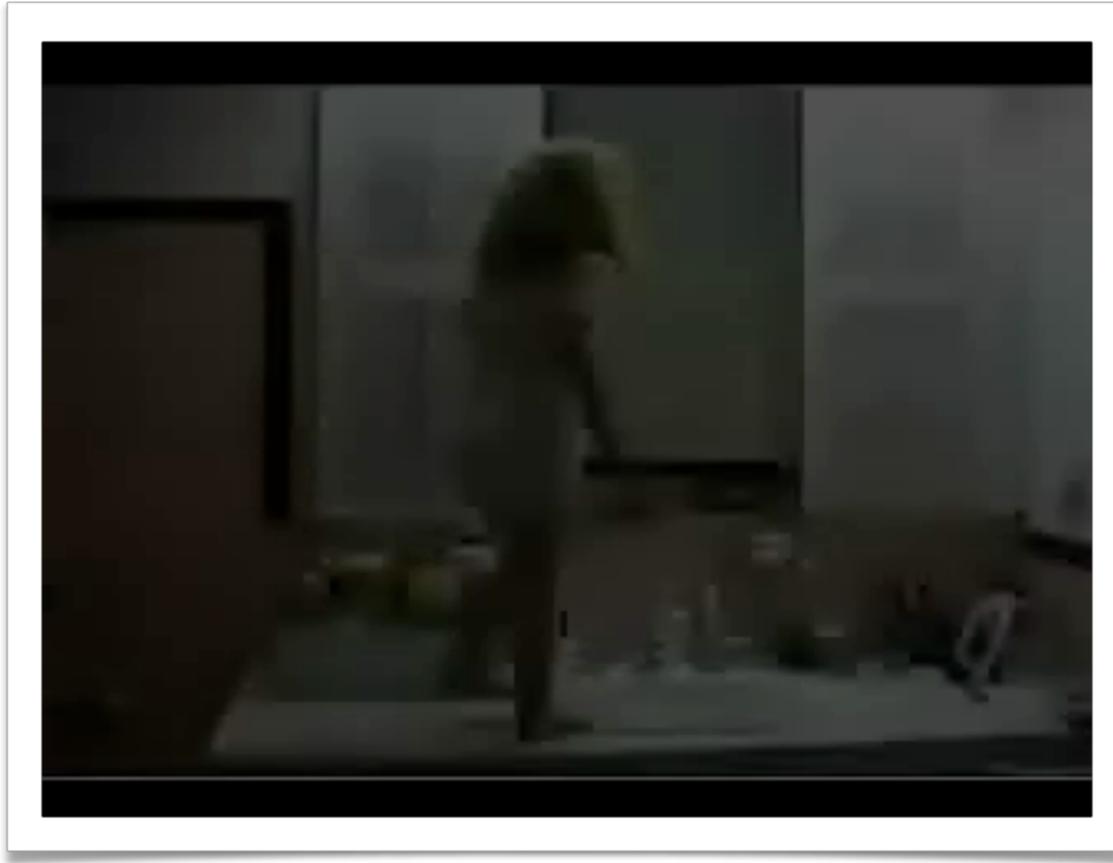


Compromiso



Motivación

Motivación



Resumen del Proceso



Etapas del proceso

- ***Establecimiento de la relación***
propuesta: acuerdo de evaluación del punto de partida, establecer relación de confianza.
- **Planificación de la acción:**
establecer valores, visión y objetivos, desarrollar estrategias de acción.
- **Ciclo de coaching:**
 - acción,
 - feedback,
 - aprendizaje,
 - revisión,
 - reevaluación,
 - cierre.
- **Seguimiento:** prevención de regresiones, plan de continuidad.



¿Etapas del proceso de coaching?

1ª etapa: DESAPRENDIZAJE

2ª etapa: CAMBIO

3ª etapa: REAPRENDIZAJE

4ª etapa: CONSOLIDACIÓN

Desaprendizaje



Cambio



Reaprendizaje



CONSOLIDACIÓN



Marcar objetivos

SMARTER

- Especifico.
- Medible
- Alcanzable
- Realista
- Fijado en el tiempo.
- Ecológico.
- Recompensa

¿YA HAS PASADO EL FILTRO?

Práctica

Gestión de Emociones

Las Emociones del emprendedor

- Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso, o recuerdo importante



PROCESO EMPRENDEDOR

Emociones en el proceso

Proceso Emprendedor



Gestión de las emociones

Inteligencia Emocional:

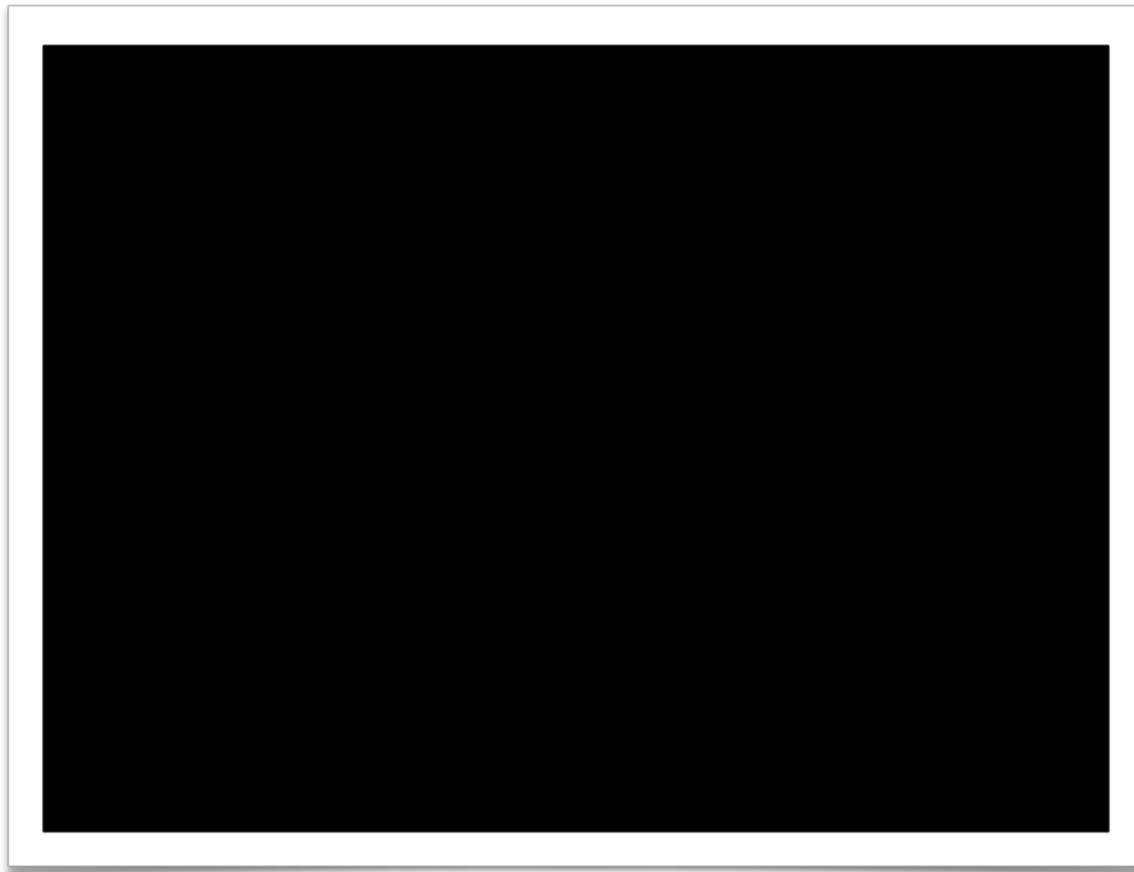
1. Percibir las emociones.
2. Comprender las emociones.
3. Manejar las emociones
4. Usar las emociones

Emociones Básicas

- **1. Ira** enojo, mal genio, atropello, fastidio, molestia, furia, resentimiento, hostilidad, animadversión, impaciencia, indignación, ira, irritabilidad, violencia y odio patológico.
- **2. Alegría:** disfrute, felicidad, alivio, capricho, extravagancia, deleite, dicha, diversión, estremecimiento, éxtasis, gratificación, orgullo, placer sensual, satisfacción y manía patológica.
- **3. Miedo:** ansiedad, desconfianza, fobia, nerviosismo, inquietud, terror, preocupación, aprehensión, remordimiento, sospecha, pavor y pánico patológico.
- **4. Tristeza:** aflicción, autocompasión, melancolía, desaliento, desesperanza, pena, duelo, soledad, depresión y nostalgia.



Miedo



ALEGRÍA



DAFO PERSONAL

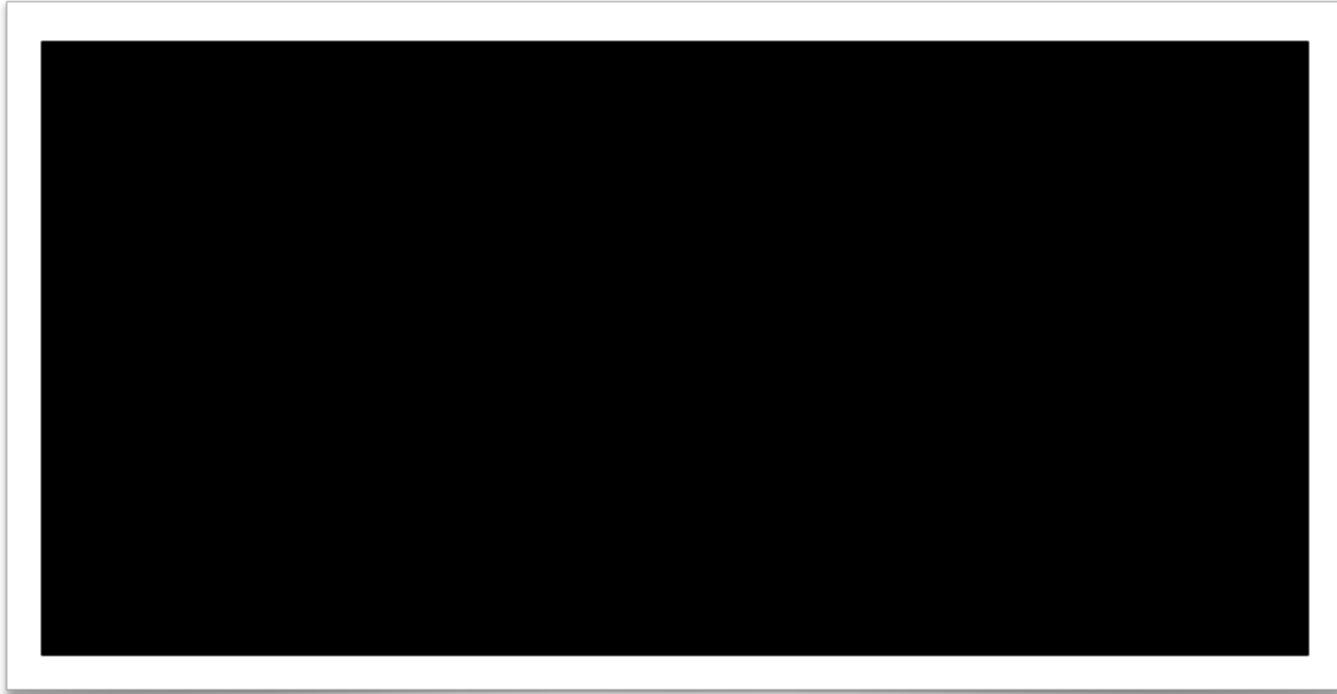


Tu estrella



- 1.- Las metas que tienes en la vida.
- 2.- Las motivaciones por las que actúas o haces algo.
- 3.- Las experiencias que más han marcado tu vida.
- 4.- Los fracasos más notorios de tu vida.
- 5.- Los éxitos más importantes de tu vida.
- 6.- Los miedos más grandes que tienes en la vida.
- 7.- Los mejores aliados que tienes en la vida.
- 8.- Las dificultades más grandes que tienes en la vida.

La buena estrella



DAFO Personal

A N A L I S I S	E X T E R N O	AMENAZA	ANALISIS DEBILIDAD	INTERNO FORTALEZA
		OPORTUNIDAD	ACCIONES DEFENSIVAS	ACCIONES REACTIVAS
			ACCIONES ADAPTATIVAS	ACCIONES OFENSIVAS

Modelo GROW

GROW



Modelo GROW en 4 Pasos

1. Establecer la META.
2. Explorar la realidad.
3. Posibilidades y alternativas.
4. Plan de Acción.



Establecer la META

¿Qué es lo que quieres?



REALIDAD

¿Qué ocurre ahora?



PLAN DE ACCIÓN

¿Qué harás y cuando?



POSIBILIDADES Y ALTERNATIVAS

¿Qué podrías hacer?



Personal Brand

- Nombre , título y Compañía.
- Pedro de Gea Cánovas, Coach Ejecutivo en Ventalia Coaching & Training.
- Tu discurso del Ascensor en 20'
- ¿Por qué haces lo que haces?
- Por que amo lo que hago, por compartir mi experiencia y ayudar a otros a conseguir sus sueños.

DEMO

Micro Sesión de
Coaching para
Emprendedores.



Gracias



vivemu

Vivero de Empresas para Mujeres de Yecla
www.viveroempresasyecla.com



Vivero de Empresas para Mujeres de Yecla
www.viveroempresasyecla.com

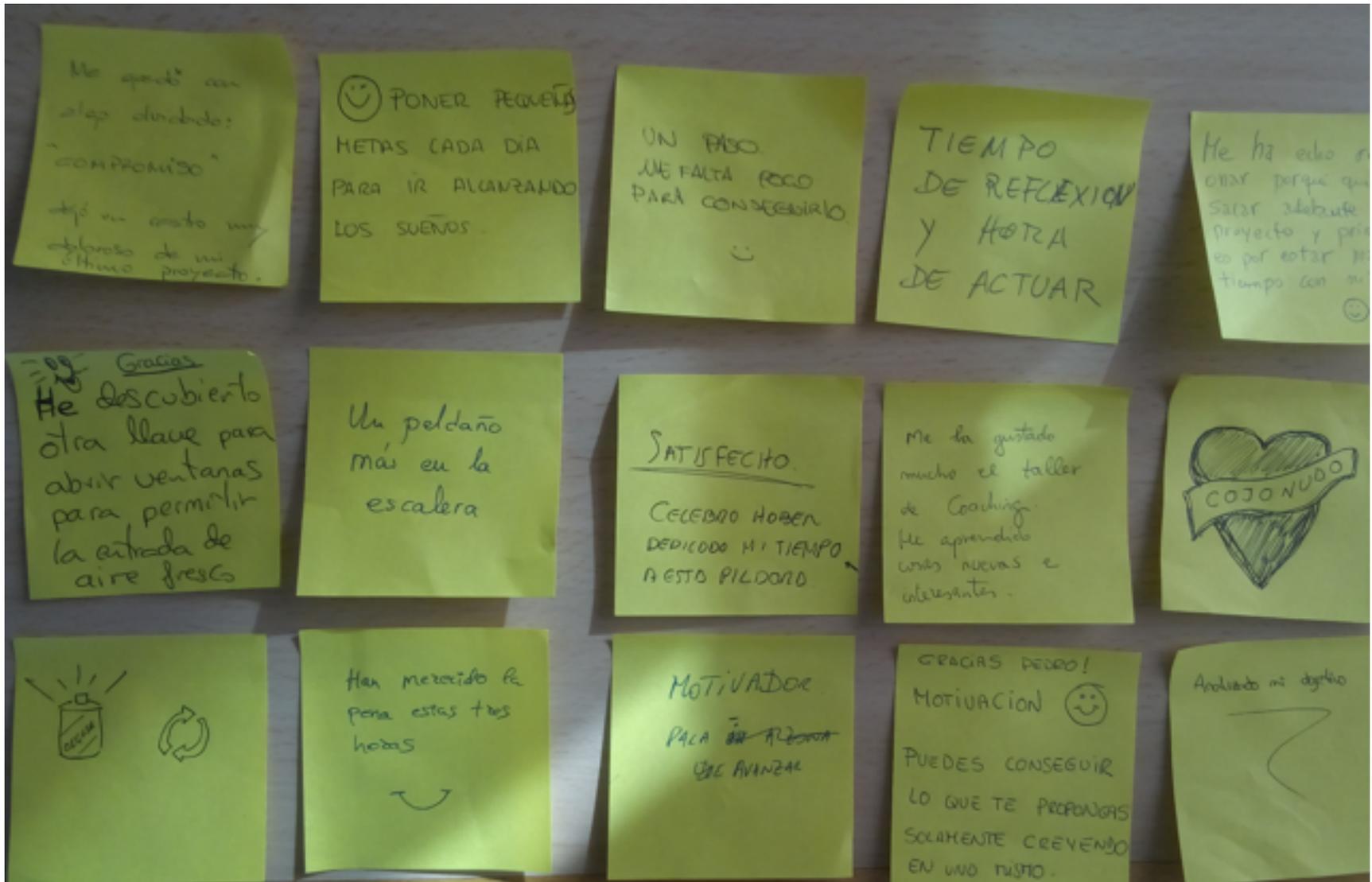
Plaza Mayor, 6/6
30510 Yecla (Murcia)
Tel. 968 75 11 23
Fax. 968 79 97 11
ad@yecla.es



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE YECLA
CONCEJALÍA DE EMPLEO, INDUSTRIA Y MUJER
AGENCIA DE DESARROLLO LOCAL



Testimonios del Taller



Pedro de Gea
Ventalia
Coaching &
Training

Motivia
Business
School

Equipo
Multidisciplinar
para
emprendedor@s

- Servicios de Coaching para emprendedor@s.
- @pedrodegea
- pdegea@ventaliacoaching.com
- www.ventaliacoaching.com
- Tlf.609591796

