



# Coaching

# Coaching

**Duración: 30 horas**

**Modalidad: OnLine**

## OBJETIVOS

Aplicar el coaching para conseguir el desarrollo tanto a nivel personal como profesional.

- Conocer la filosofía y principales conceptos del coaching.
- Analizar un proceso de coaching.
- Formular objetivos desde una visión inteligente.
- Conocer las herramientas más relevantes del coaching.

## CONTENIDOS

### 1. Introducción al coaching

- 1.1 ¿Qué es el coaching?
- 1.2 El coach.
- 1.3 Modelos y aplicaciones.

### 2. El proceso de coaching

- 2.1 Fases en el proceso de coaching.
- 2.2 Niveles neurológicos.

### 3. Establecimiento de objetivos

- 3.1 Visión, misión y propósito.
- 3.2 Modelo SMART.

### 4. Herramientas de coaching para el desarrollo personal y el éxito profesional

- 4.1 Gestión del tiempo.
- 4.2 Rueda de la vida.
- 4.3 Las preguntas poderosas.