



Coaching y liderazgo personal

Curso

60h

Este curso se plantea como una herramienta para ayudar a conseguir el éxito en la vida personal y profesional. Cuando nos conocemos mejor a nosotros mismos y somos capaces de guiar nuestras acciones para conseguir los objetivos que nos hemos marcado incrementamos nuestra probabilidad de alcanzar el éxito en todos los aspectos de nuestra vida; y, por lo tanto, también incrementamos la sensación de felicidad y satisfacción con lo que hacemos.

Todos perseguimos llegar a ser personas cualificadas y eficaces (proactivas, con objetivos claros, resolutivas, con capacidad para tomar decisiones, seguras de sí mismas), por lo que el desarrollo del liderazgo personal junto con otras habilidades que se trabajarán en esta acción formativa son imprescindibles para todos.

Destinatarios

A cualquier persona que quiera crecer personal y profesionalmente. Los destinatarios de este curso pueden tener diferentes perfiles: Personas desempleadas que se encuentren en búsqueda activa de empleo. Este curso les dotará de habilidades para la gestión eficaz de la búsqueda de empleo y facilitará su autoconocimiento. El desarrollo de estas habilidades permitirá a las personas definir adecuadamente su objetivo profesional. Profesionales en activo que deseen ser más eficaces en su trabajo. Este curso les permitirá desarrollar habilidades para la toma de decisiones, ganar seguridad y conseguir sus objetivos, llevándoles a sentirse responsables de su éxito profesional, y por lo tanto más satisfechos. Personas que deseen crecer personalmente. Este curso les permitirá tomar las riendas de su vida, ser responsables de sus logros y tomar consciencia de su responsabilidad en la consecución del éxito a nivel personal y en consecuencia de su felicidad.

Contenidos

- **Tema 1.** ¿Qué es el coaching y liderazgo personal?
- **Tema 2.** Autoconocimiento
- **Tema 3.** La autoestima
- **Tema 4.** Herramientas para ser más eficaz
- **Tema 5.** Desarrollo de un plan estratégico para conseguir tus objetivos
- **Tema 6.** La autoconfianza y la motivación hacia nuestros objetivos

Observaciones: No se requiere software específico. Para superar este curso es necesario realizar las 6 actividades de entrega al tutor y los 6 cuestionarios correspondientes a cada una de las unidades didácticas. No son necesarios requisitos específicos para la realización de este curso.