

ACCESO DE POR VIDA

(SIEMPRE PODRÁS ACCEDER AL CURSO, EI ACCESO NUNCA CADUDA)

TUTORÍA POR TODO UN AÑO

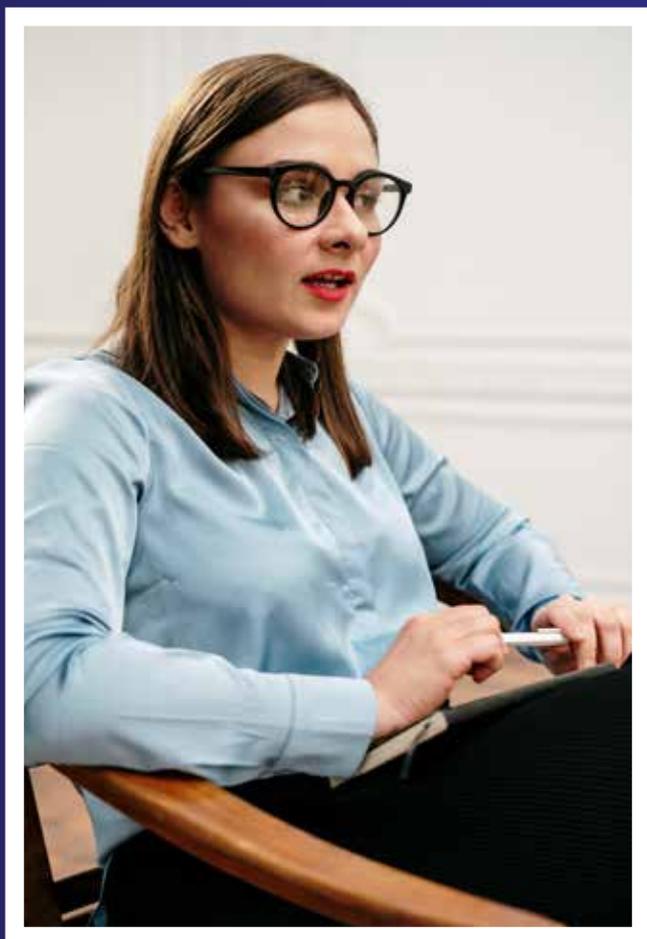
(TENDRÁS ASIGNADO UN PROFESOR, PARA RESPONDER A TODAS TUS DUDAS)

CURSO COACHING DE VIDA



<https://www.cursonova.com/estudios/curso-online-coach-vida>

**HORAS DE ESTUDIO
300 HORAS**



**Bolsa de trabajo
(solo españa)**

Certificado de Finalización

**+19
HORAS DE VIDEO**



**166
TEST
167
VIDEOS**



TEMARIO

Tema 1: Fundamentos básicos del Coaching de Vida y Personal

- 1. ¿Qué es el coaching?**
- 2. Orígenes e influencias del coaching**
- 3. Ética y principios del coaching**
- 4. Valores fundamentales del coaching**
- 5. Propósito del coaching de vida**
- 6. ¿Cómo deben ser las sesiones de coaching?**
- 7. Diferencias del coaching con otras metodologías**
- 8. Estándar para un entrenador de vida efectivo.**
- 9. El coaching de vida no es una terapia**
- 10. La necesidad de tomar un curso de coaching de vida**

Tema 2: Consejos para el trato con clientes

- 1. ¿Por qué un cliente necesita un coach de vida?**
- 2. La improvisación en las sesiones de coaching**
- 3. Sé realista con tus clientes. No alimentes falsas expectativas**
- 4. Sé honesto con tus clientes**
- 5. Identifica los valores de tu cliente**
- 6. Alentar a los clientes**
- 7. Evalúa qué tan receptivo está tu cliente**
- 8. Ganarte la confianza de tus clientes**
- 9. Ayudar a nuestro cliente a conocerse**
- 10. Escucha a tus clientes**
- 11. Conoce las aspiraciones de tus clientes**
- 12. Ayuda a tu cliente a marcar sus expectativas**
- 13. Preguntas creativas para generar confianza en el cliente**
- 14. Sé responsable con los consejos que brindas**
- 15. Conocer los miedos del cliente**
- 16. Realizar lluvias de ideas con tus clientes**
- 17. Importancia de ser un jefe querido por sus empleados**

Tema 3: Consejos para enfrentar los problemas

- 1. Identificar los problemas reales**
- 2. Aprende a reaccionar ante circunstancias complejas**
- 3. Desventajas de una actitud reactiva**
- 4. Solución de problemas a corto y largo plazo**
- 5. Reacción ante el sufrimiento**
- 6. No centres tu atención en problemas mínimos**
- 7. La desesperación**
- 8. Dejar de victimizarnos**
- 9. Tomar decisiones difíciles**
- 10. La crítica y la culpa**
- 11. Las posiciones perceptivas en una discusión**
- 12. Aprende a manejar los problemas**
- 13. Aprende de experiencias de terceros**
- 14. La inteligencia emocional como mensajera de los problemas**

Tema 4: Tips para el autodescubrimiento

- 1. Factores que determinan nuestro comportamiento**
- 2. ¿Eres lo que haces?**
- 3. Aprende de tus carencias**
- 4. Autocrítica**
- 5. Maneja de forma positiva tu autopercepción**
- 6. La experiencia como condicionante de tu actual forma de ser**
- 7. No imites, busca la autenticidad**
- 8. Conócete a ti mismo**
- 9. Aprender del pasado**
- 10. Confía en ti**
- 11. Crisis de identidad**
- 12. Autodescubrimiento.**
- 13. Las preguntas significativas**
- 14. Los principios**

Tema 5: Comunicación y relaciones con terceros

- 1. ¿Cómo potenciar nuestras relaciones?**
- 2. La importancia de escuchar**
- 3. La empatía**
- 4. La comunicación con nuestros clientes**
- 5. Incorporar la habilidad de comunicación en nuestras vidas**
- 6. La retroalimentación dentro de la comunicación**
- 7. La autorrevelación en la comunicación con nuestros clientes**
- 8. El respeto en las relaciones interpersonales**
- 9. Ser servicial en nuestras relaciones interpersonales**
- 10. Cómo mejorar mis habilidades comunicativas**
- 11. Los niveles de escucha**
- 12. Habilidades sociales**
- 13. Trabaja en mejorar la calidad de tus relaciones**
- 14. La confianza y los límites**
- 15. Las relaciones y la confianza**
- 16. Comunícate con profundidad**
- 17. La importancia de ayudar a los demás**

Tema 6: Cosmovisión e interpretación de la realidad

- 1. Influencia del entorno**
- 2. La percepción de la realidad**
- 3. Propósito de vida**
- 4. El desarrollo de la autoconciencia**
- 5. La importancia de crecer**
- 6. Las influencias**
- 7. Las emociones**
- 8. Discernir lo que es verdad y lo que no**
- 9. La interpretación de los acontecimientos**
- 10. Las distorsiones cognitivas**
- 11. Cómo impactan nuestros pensamientos en nuestra vida**
- 12. La forma en que interpretamos nuestro mundo exterior**
- 13. Las creencias**
- 14. Creencias inútiles**

Tema 7: Metas y propósitos de vida I

- 1. Establece metas realistas**
- 2. Aspiraciones vs seguridad**
- 3. Busca un trabajo que te apasione**
- 4. Mentalidad de crecimiento**
- 5. Importancia de pensar y planear a largo plazo**
- 6. El progreso no es un proceso lineal**
- 7. Visión de vida**
- 8. Confiar en otros**
- 9. Los objetivos**
- 10. Establecer metas y proyectar una visión hacia el futuro**
- 11. La motivación**

Tema 8: Metas y propósitos de vida II

- 1. Crea estrategias para conseguir tus metas**
- 2. Mirar hacia adelante**
- 3. Lo que queremos lograr y lo que hacemos**
- 4. Metas a corto, mediano y largo plazo**
- 5. El equilibrio en la vida**
- 6. Establecer las prioridades**
- 7. Ser autocríticos con nuestros objetivos**
- 8. Crea lista de tareas**
- 9. Define tus pasos de acción para alcanzar tus objetivos**
- 10. Administra tu tiempo**
- 11. Trabajo bien pagado que no te apasiona vs emprender en lo que amas**

Tema 9: Actitud ante la vida

- 1. Relación autoridad independencia**
- 2. Prueba los métodos de refuerzo positivo**
- 3. Lado negativo de las expectativas**
- 4. La lógica detrás de la Ley de atracción**
- 5. Evita patrones de pensamiento disfuncionales**
- 6. No siempre tienes la razón**
- 7. Capacidad para tomar decisiones**
- 8. Seguridad vs riesgo**
- 9. Búsqueda de la paz emocional**
- 10. Tener buena actitud**
- 11. El significado que le asignamos a nuestras experiencias.**
- 12. Importancia de contar con un equipo**

Tema 10: Evita comportamientos negativos

- 1. Las etiquetas**
- 2. Los malos hábitos**
- 3. La apatía**
- 4. Fe y miedo**
- 5. Los prejuicios**
- 6. La presión y las expectativas ajenas**
- 7. Las personas cambian cuando sienten la necesidad**
- 8. Las comparaciones**
- 9. No te pongas límites imaginarios**
- 10. No asumas creencias ajenas**
- 11. Aprende a tomar decisiones**
- 12. El estrés que genera la rutina**
- 13. Las apariencias**

Tema 11: Control de las emociones

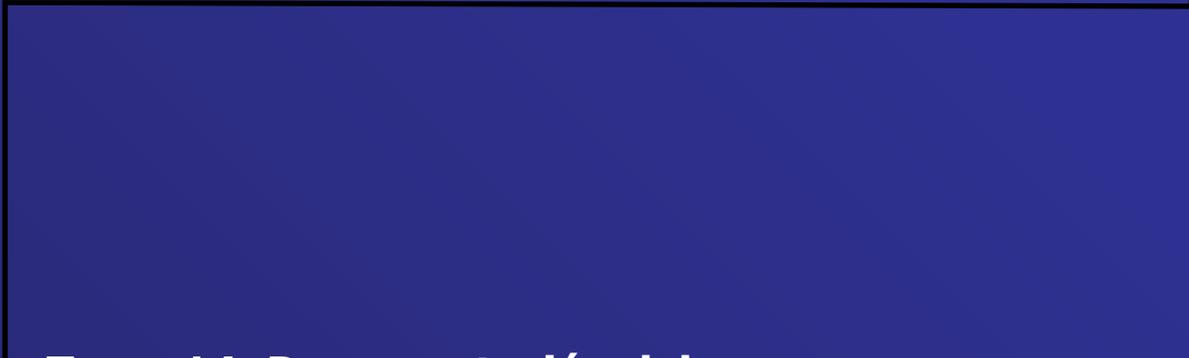
- 1. Disonancia cognitiva**
- 2. La confianza**
- 3. Los comportamientos**
- 4. Importancia de la libertad de pensamiento**
- 5. ¿Qué es la inteligencia emocional?**
- 6. Las competencias de la inteligencia emocional**
- 7. La inteligencia emocional aplicada al coaching**
- 8. Autoconciencia emocional**
- 9. Construir una base de confianza.**
- 10. Cuerpo y mente**
- 11. Conocer al enemigo**

Tema 12: Técnicas y herramientas del Coaching de Vida

- 1. Terapia cognitivo conductual (TCC)**
- 2. Pirámide de Maslow**
- 3. Escuela cognitiva de pensamiento**
- 4. Presuposiciones de la Programación Neurolingüística (PNL)**
- 5. Técnicas PNL: el anclaje**
- 6. El lenguaje y los sistemas de representación**
- 7. El metamodelo**
- 8. Crear Rapport**
- 9. El mándala**
- 10. Identidad pública**
- 11. Matriz DAFO**
- 12. El mapa mental**
- 13. La línea de la vida**
- 14. Teoría del constructo personal y terapia de roles fijos**
- 15. Etapas del aprendizaje**

Tema 13: Asuntos de interés para un coach

- 1. Desarrollo personal y empresarial**
- 2. Competencias del coach**
- 3. Dar y recibir feedback**
- 4. No temas a cobrar por tu trabajo**
- 5. ¿Cómo encontrar un nicho de mercado?**
- 6. Adapta tus sesiones al país donde viven tus clientes**
- 7. Importancia de educar desde la experiencia**
- 8. Legalidad y emprendimiento**
- 9. Acreditación a través de órganos de gobierno**
- 10. Problemas de certificación de los coach**
- 11. Libros que debes leer para adentrarte en el coaching de vida**

A decorative L-shaped line in white, starting from the top right corner of the slide and extending leftwards, then turning downwards to end at a solid black circle.

- **Tema 14: Documentación del curso**

Documentación del curso en PDF