

**MICROCREDENCIAL EN**

# Coaching Positivo

**11 HORAS**

## COMPETENCIA PARA DESARROLLAR

Identifica el coaching como recurso de bienestar para establecer metas personales.

### OBJETIVOS

- Conocer el surgimiento del coaching.
- Identificar lo que es el coaching positivo basado en fortalezas.
- Comprender el proceso para el establecimiento de metas significativas.
- Comprender el concepto Mindset.

## **BENEFICIOS**

- En esta microcredencial el participante podrá conocer cómo surgió el coaching y qué proceso o metodología se recomienda aplicar, en el coaching positivo, para fijar metas significativas que generen un crecimiento y bienestar personal a través del cual se comprenda que el esfuerzo ante la dificultad, y aprender de los errores, son la fuente principal de un aprendizaje que conducirá hacia el logro esperado.

## **DIRIGIDO A**

- Público en general que quiera incrementar sus habilidades en Bienestar personal.

## **DURACIÓN Y MODALIDAD**

**11 horas |  Autodirigido**

## TEMARIO

### Módulo

1

2

3

4

### Tema

Surgimiento del coaching.

Coaching positivo basado en fortalezas.

Establecimiento de metas.

Mindset, mentalidad de crecimiento.