

¡Muévete!

Coaching para el Cambio

# Coaching para el Cambio

---

## OBJETIVOS:

- Descubrir tus capacidades, recursos, valores y motivación para conectar con tu pasión y poder identificar tu **trabajo ideal**.
- Desmontar aquellas creencias y comportamientos limitantes que pudieran estar dificultando que vivas de tu trabajo ideal.
- Determinar qué habilidades, formación u otros recursos necesitas para poder desempeñar tu trabajo ideal.
- Descubrir tu ventaja competitiva, qué te hace diferente y desarrollar tu marca personal.
- Establecer un **plan de acción** claro y detallado en el tiempo para lograr el futuro profesional que desees.
- En definitiva, ganar **autoconocimiento** , superar obstáculos internos y vivir en coherencia.

## DESTINATARIOS:

- Cualquier persona que quiera **hacer de su pasión su trabajo**.
- Personas que se han quedado en **paro** y no saben cómo afrontar la búsqueda de empleo.
- Recién licenciados que se enfrentan por **primera vez al mercado laboral**.

# Coaching para el Cambio

---

## CONTENIDO:

- **Sesión 1: Tu trabajo ideal:** Análisis de tus necesidades laborales y tu situación actual. Conecta con tu pasión.
- **Sesión 2: Autoconocimiento I:** capacidades, recursos, valores, motivación.
- **Sesión 3: Autoconocimiento II:** creencias y emociones. Autosabotajes y técnicas de relajación.
- **Sesión 4: Definición del objetivo final:** prioridades, definición del proceso para lograr el objetivo, indicadores del proceso, planes de contingencia.
- **Sesión 5: Marca personal:** posicionamiento, cómo “venderte”: cv, redes sociales, networking, etc.
- **Sesión 6: Plan de acción I:** priorización de las tareas, definición de tareas concretas, planificación y recursos necesarios.
- **Sesión 7: Plan de acción II:** seguimiento, revisión de resultados y reformulación del objetivo (si fuera necesario).

# Coaching para el Cambio

---

## **PROMOCIONES:**

Los clientes de este servicio de asesoría tendrán un descuento del 10%:

- En los bonos de 5 sesiones de coaching.
- En cualquiera de los talleres y cursos.

*“Encuentra la felicidad en el trabajo o no serás feliz”  
(Cristóbal Colón)*

