DIPLOMADO EN SALUD Y COACHING PARA EL BIENESTAR INTEGRAL

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Reseña

*El **Centro de Investigación y Formación Continua del Claustro Gómez**, como subdivisión de la **Fundación Social Educativa y Cultural del Claustro Gómez**, es una entidad sin fines de lucro (OSFL) reconocida por el Ministerio de Gobierno, el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud por su impacto en la salud, educación y la investigación.*

*Enfocados en la **educación no formal** y la **educación continua**, ofrecemos una amplia gama de programas que incluyen **talleres, diplomados, seminarios, congresos, conferencias y cursos**. Estos programas están diseñados para actualizar y perfeccionar las habilidades de los profesionales en diversas áreas, adaptándose a las necesidades actuales del mercado laboral y del conocimiento.*

*Además, nuestro equipo de **docentes voluntarios, tanto nacionales como internacionales**, aporta una visión global y diversa, enriqueciendo la experiencia de aprendizaje con enfoques innovadores y prácticos. Nos enorgullece ser pioneros en **educación a distancia** e impulsar la **producción científica** como parte esencial de nuestro compromiso con la formación de calidad.*

Si deseas ampliar tus conocimientos, mejorar tus competencias profesionales y participar en programas de alto impacto educativo, ¡te invitamos a inscribirte y formar parte de una comunidad que lidera el futuro de la educación continua!

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Pensum y Plan Curricular

El Diplomado en Salud y Coaching para el Bienestar Integral capacita a profesionales en la aplicación de estrategias de coaching para mejorar el bienestar físico y emocional. El programa enseña a crear planes personalizados que combinan salud y bienestar, manejar el estrés y promover hábitos saludables, preparando a los participantes para ofrecer una atención integral y efectiva en el ámbito del coaching y la salud.

Duración

200 horas académicas
100% Virtual (Asincrónico con clases magistrales en vivo)

Objetivo General

Capacitar a los participantes en la integración de estrategias de coaching para la mejora del bienestar físico y emocional, brindando herramientas prácticas para promover un enfoque holístico en la salud y el bienestar integral de los individuos.

Objetivos Específicos

- *Desarrollar habilidades en el uso de técnicas de coaching para identificar y abordar las necesidades de bienestar físico y emocional de los individuos, facilitando cambios positivos y sostenibles.*

- *Capacitar en la creación de planes personalizados de bienestar, combinando estrategias de salud física y emocional para mejorar la calidad de vida de los clientes.*

- *Fomentar el manejo efectivo del estrés y la promoción de hábitos saludables, utilizando enfoques de coaching para apoyar a los individuos en la adopción de prácticas que optimicen su bienestar integral.*

Perfil del Estudiante

El estudiante del Diplomado en Salud y Coaching para el Bienestar Integral es un profesional del ámbito de la salud, el coaching o áreas relacionadas, que busca especializarse en la mejora del bienestar físico y emocional. Este profesional está interesado en adquirir habilidades en coaching para ofrecer un enfoque integral en la promoción de la salud y el bienestar de sus clientes.

Beneficios del Diplomado

Este diplomado permite a los participantes integrar estrategias de coaching en su práctica profesional para mejorar el bienestar físico y emocional de los individuos. Los estudiantes aprenderán a crear planes personalizados que combinan salud y bienestar emocional, manejar el estrés y promover hábitos saludables, lo que les permitirá ofrecer un enfoque holístico y efectivo para mejorar la calidad de vida de sus clientes, ampliando así sus oportunidades profesionales en el campo del coaching y la salud integral.

Plan de Estudios

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Módulo 1: Introducción al Coaching para el Bienestar Integral

-Conceptos básicos y principios del coaching.
-Enfoque holístico del bienestar físico y emocional.
- Rol del coach en la promoción de la salud integral.

Módulo 2: Evaluación del Bienestar Físico y Emocional

-Herramientas y técnicas para evaluar la salud física.
-Métodos para la evaluación del estado emocional y psicológico.
-Identificación de necesidades individuales y establecimiento de objetivos.

Módulo 3: Estrategias de Coaching para la Salud Física

-Técnicas para promover hábitos saludables y la actividad física.
-Diseño de programas personalizados de ejercicio y nutrición.
-Principios de nutrición para mejorar la salud y el bienestar físico.

Módulo 4: Coaching para el Bienestar Emocional

-Estrategias para el manejo del estrés y técnicas de relajación.
-Desarrollo de la resiliencia y fortalecimiento emocional.
-Técnicas para mejorar la autoestima y el bienestar psicológico.

Módulo 5: Creación de Planes de Bienestar Personalizados

-Integración de estrategias físicas y emocionales en planes de coaching.
-Adaptación de planes de bienestar según las necesidades individuales.
-Métodos para evaluar y ajustar la efectividad de los planes de bienestar.

Plan de Estudios

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Módulo 6: Comunicación Efectiva en el Coaching

-Habilidades de comunicación para motivar y apoyar a los clientes.
-Técnicas de escucha activa y feedback constructivo.
-Estrategias para establecer una relación de confianza con los clientes.

Módulo 7: Evaluación y Seguimiento del Progreso

- Métodos para medir el progreso en el bienestar físico y emocional.
- Técnicas para ajustar planes según el progreso y los resultados.
- Herramientas para realizar seguimientos y mantener la motivación del cliente.

CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Requisitos de Aprobación

- *Se tiene que obtener más del 70% de las diferentes actividades asincronicas que se encuentran en la plataforma.*

- *Haber observado las clases, ya sea en vivo o grabadas.*

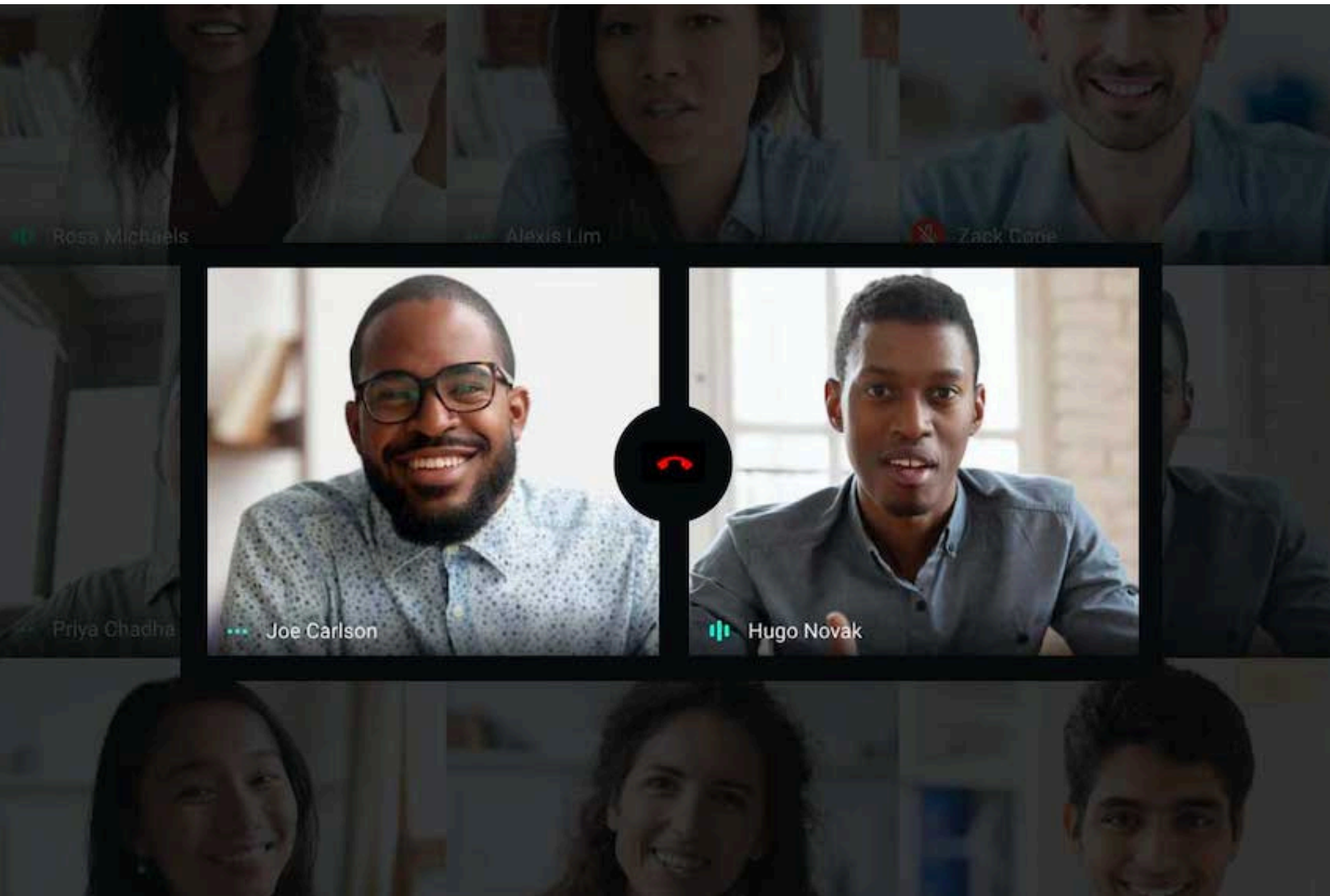
- *Entregar artículo científico que será desarrollado durante el programa.*

- *Entregar video de sustentación del artículo científico.*

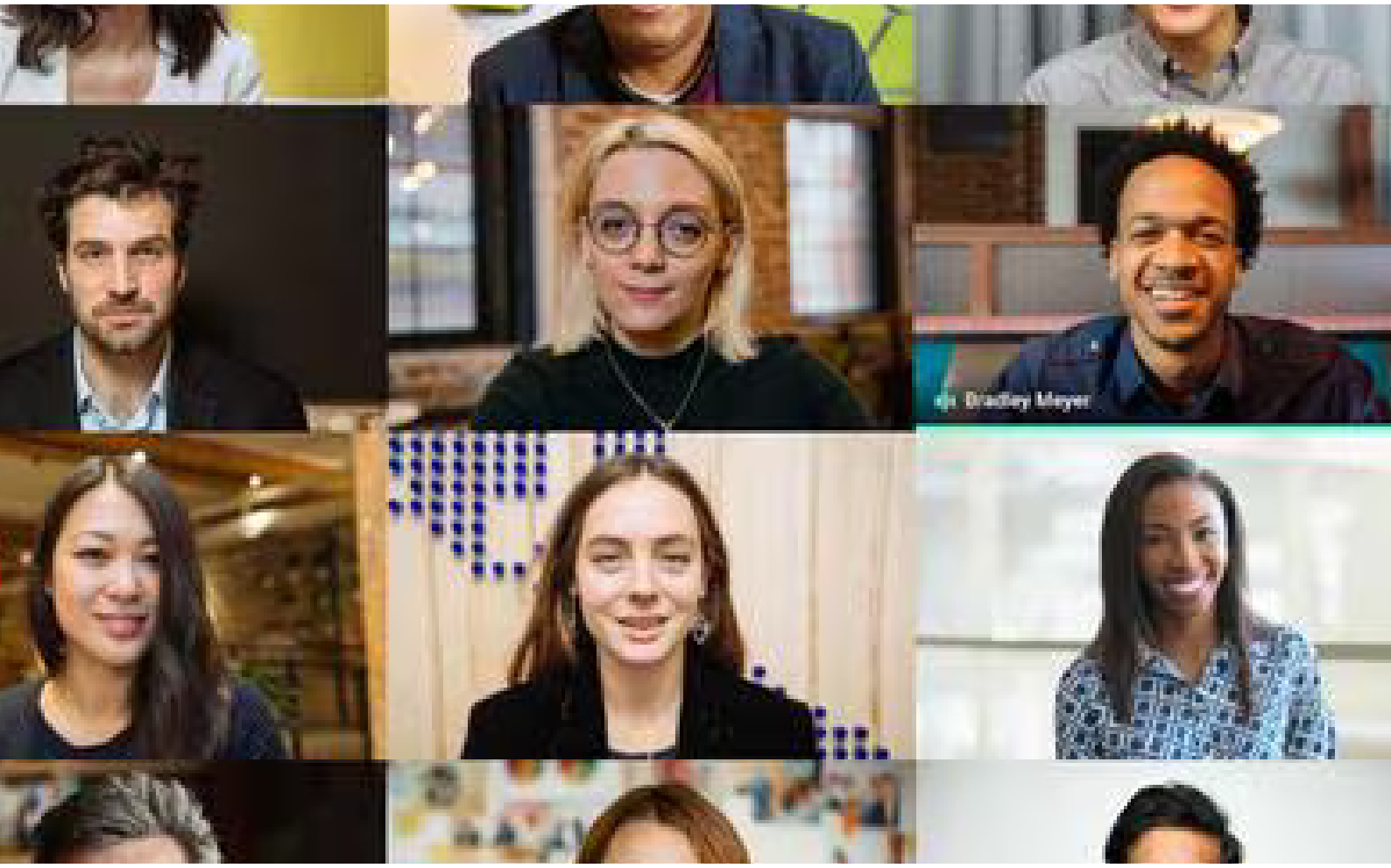
CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Modalidad de Estudio

*La modalidad **one to one** te permite avanzar a tu propio ritmo durante dos meses de formación asincrónica a través de nuestra plataforma, con acceso continuo a un tutor para resolver cualquier duda. Al completar tus actividades y estudios, tendrás una cita para un encuentro en vivo con un especialista, quien te brindará una clase magistral exclusiva sobre los diferentes módulos. Esta clase será organizada de acuerdo a tu disponibilidad, garantizando una experiencia personalizada y adaptada a tus necesidades.*



CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y FORMACIÓN CONTINUA DEL CLAUSTRO GÓMEZ

Modalidad de Estudio

*En la modalidad **Hybrid Group**, tendrás acceso a la formación a la que te matriculaste por convocatoria, combinando trabajo sincrónico y asincrónico junto a un grupo de compañeros. Participarás en encuentros en vivo a través de nuestra plataforma con un docente cada fin de semana, siguiendo el horario establecido por el centro, lo que te permitirá avanzar en equipo mientras disfrutas de la flexibilidad del aprendizaje híbrido.*