

**SYNERGIAN SOLUTIONS**

---

# **Objetivos de Cursos Coaching y Mindfulness**

Synergian Virtual

Catálogo profesional para publicación, promoción comercial y presentación a clientes

[www.synergianvirtual.co](http://www.synergianvirtual.co)

## Cursos Coaching y Mindfulness

Este documento presenta los objetivos formativos de los cursos de Coaching y Mindfulness de Synergian Virtual, con una redacción profesional orientada a publicación en plataforma, promoción comercial, propuestas de capacitación y portafolios de desarrollo humano.

Enfoque del catálogo	Desarrollo personal y profesional, coaching, autoconocimiento, gestión emocional, mindfulness, productividad, comunicación y transformación de hábitos.
Modalidad sugerida	Virtual, asincrónica o semipresencial, con certificado Synergian al completar actividades, evaluación o criterios definidos para cada curso.
Público objetivo	Profesionales, líderes, emprendedores, equipos corporativos y personas interesadas en fortalecer bienestar, enfoque, liderazgo personal y habilidades de acompañamiento.

## Objetivo de cada curso

No.	Curso	Objetivo formativo
1	<b>20 herramientas científicas y prácticas para manifestar y cambiar mi realidad para siempre</b>	Guiar al participante en la aplicación de herramientas prácticas de enfoque mental, autoconocimiento, visualización, cambio de creencias y acción consciente, para fortalecer su capacidad de transformar hábitos, metas y resultados personales de manera estructurada.
2	<b>Método Silva</b>	Introducir al participante en técnicas de relajación, concentración, visualización creativa y programación mental positiva, orientadas a mejorar el enfoque, la claridad personal, la toma de decisiones y el bienestar integral.
3	<b>Neuroliderazgo</b>	Desarrollar competencias de liderazgo basadas en principios de neurociencia aplicada, fortaleciendo la gestión emocional, la comunicación, la motivación de equipos, la toma de decisiones y la creación de entornos laborales de alto desempeño.
4	<b>Finanzas personales</b>	Brindar herramientas para organizar ingresos, gastos, deudas, ahorro e inversión básica, promoviendo una relación más consciente con el dinero, la planificación financiera y la toma de decisiones responsables para mejorar la estabilidad económica.

No.	Curso	Objetivo formativo
5	<b>Máster Coaching</b>	Formar al participante en fundamentos, herramientas y metodologías de coaching para acompañar procesos de cambio, definición de metas, desarrollo del potencial humano, conversaciones efectivas y planes de acción orientados a resultados.
6	<b>Desarrolla tu coaching interior</b>	Fortalecer la capacidad de autoobservación, autogestión y crecimiento personal mediante preguntas poderosas, reflexión guiada y herramientas de coaching aplicadas al desarrollo de objetivos, confianza y claridad de propósito.
7	<b>Coaching para principiantes</b>	Proporcionar una introducción clara y práctica al coaching, sus principios, roles, habilidades básicas, escucha activa, formulación de preguntas y estructura de sesiones, facilitando los primeros pasos en el acompañamiento personal o profesional.
8	<b>Mindfulness y Productividad para Profesionales</b>	Enseñar prácticas de atención plena y organización personal para reducir la dispersión, gestionar mejor el estrés, priorizar tareas, mejorar el enfoque y aumentar la productividad diaria de manera saludable y sostenible.
9	<b>Inteligencia Emocional</b>	Desarrollar habilidades para reconocer, comprender y gestionar emociones propias y de otros, fortaleciendo la comunicación, la empatía, la autorregulación, la resiliencia y las relaciones personales y laborales.
10	<b>PNL Programación Neurolingüística</b>	Introducir al participante en herramientas de PNL para mejorar la comunicación, identificar patrones de pensamiento, transformar creencias limitantes, fortalecer recursos personales y facilitar cambios positivos en contextos personales y profesionales.

## Nota comercial sugerida

Cada curso puede complementarse con material descargable, ejercicios de reflexión, evaluación de aprendizaje, certificado digital y acompañamiento empresarial según el plan contratado por el cliente.