

# Coaching para la comunicación efectiva

A través del coaching lograrás una escucha activa, conocerás tus recursos y valores personales, reconocerás que tu forma de comunicar es el resultado de tu propia historia. Identificarás tus creencias y juicios personales que fortalecen o limitan tu capacidad comunicativa. Evaluarás tus emociones y estados de ánimo, así como predisposiciones, a la hora de comunicar. Desarrollarás la habilidad de gestionar las emociones. Aprenderás disposiciones corporales para potenciar recursos personales en la comunicación efectiva.

En síntesis, usarás la comunicación con una herramienta efectiva en la vida personal y profesional.

