

¿En qué te puedo ayudar?

El coaching es un proceso transformador en el cual, a través de una conversación estructurada y el uso de diversas técnicas y herramientas, podrás encontrar tu propia voz y llamado para resolver problemas, mejorar situaciones y cumplir metas, entre otras muchas cosas.

¿Cómo lo haremos?

A partir de un diálogo y una serie de preguntas que formularé para ti, con el objetivo de que te conozcas un poco mejor y te des cuenta de que las respuestas ya están dentro de ti.

Es una conversación planificada en la que obtendrás mi guía, pero tú serás el protagonista. Descubrirás tu potencial, desarrollarás herramientas, establecerás compromisos y planes de acción que te lleven a mejorar o cumplir lo que quieras para tu vida.

A veces mantendremos una plática para que te vayas descubriendo, otras nos volveremos locos y jugaremos, bailaremos, dibujaremos... todo lo que sea necesario para que logres llegar de tu situación actual a la situación deseada.

Beneficios del coaching

Si todavía no sabes si recibir sesiones de coaching es lo mejor para ti o desconoces sus beneficios, te recomiendo que leas esta lista, si cumples con 3 o más de las características a continuación, entonces eres un excelente candidato para llevar a cabo este fascinante proceso:

- Has vivido recientemente cambios que no sabes cómo enfrentar.
- No te sientes satisfecho con tu empleo actual o te gustaría sentirte más completo profesionalmente.
- Quisieras mejorar la forma con la que te relacionas con las personas.
- Te gustaría vivir en mayor abundancia.
- Estás pasando por una crisis de identidad o de vocación que no sabes cómo resolver.
- Tienes una meta y no sabes cómo cumplirla.
- Has intentado dar solución a algún problema en tu vida y no ha tenido buen resultado.
- Quieres vivir una vida libre de estrés y miedos.
- Sabes que es hora de cumplir tus sueños personales o profesionales, pero no sabes por dónde empezar.
- Requieres ayuda con la organización de tus tiempos en tu vida personal y/o empleo actual.
- Te gustaría encontrar una mejor manera de tomar decisiones.

Si decides embarcarte en este viaje, obtendrás estos beneficios:

- Un mayor autoconocimiento y control de emociones
- Mejora en la calidad de tus relaciones interpersonales
- La capacidad para tomar las decisiones más adecuadas de acuerdo a tu personalidad y llamado.
- Disminución considerable de tus niveles de estrés.
- Seguridad y confianza para emprender tus metas y cumplir tus sueños.
- Mayor productividad en tu lugar de trabajo y/o estudios.
- Capacidad de organización para el cumplimiento de tus planes de acción.
- Liberarte de tus creencias limitantes para tener una apertura total hacia la abundancia.

Recuerda que mi llamado es servirte