



**“Cambia la forma de ver las cosas y
cambiarán las cosas que ves”**

Wayne W. Dyer

El coaching es una herramienta muy poderosa para el cambio. No hace falta tener ningún problema para empezar un proceso de “coaching”, basta con tener un sueño, una inquietud, una meta.

La palabra coach viene del inglés y significa entrenador. **El coach no es un terapeuta, ni un consejero, es quien ayuda al cliente a descubrir sus propias respuestas.**

El coaching se puede aplicar en cualquier área de la vida: la personal, la profesional, los estudios o cualquier otra. Cuando entramos en un proceso de coaching estamos delante de un camino de crecimiento y desarrollo personal cuyo objetivo final es pasar a la acción, es decir, llevar a la realidad los proyectos y sueños del cliente. Es un modo de liberar el potencial del cliente, de dejar que toda su sabiduría interior fluya hacia el exterior y con ello pueda conseguir lo que desee en la vida. En resumen el coaching es el proceso de ayudar a personas o equipos de personas a rendir al máximo de sus capacidades con el fin de conseguir aquellos objetivos deseados.

En general, los pasos o procedimientos que deben respetarse en un proceso de coaching son:

- Saber a dónde vamos para poder llegar
- Fomentar el autoconocimiento y la conciencia de la situación actual
- Valorar la situación en que nos encontramos y a dónde queremos llegar, y detectar los recursos de que disponemos para lograrlo o entrenar nuevos.
- Ser responsable: las cosas dependen de nosotros mismos, no de los demás.
- Ser constante, cualquier proceso de cambio requiere de esfuerzo y perseverancia
- Evaluar resultados y ver si hemos conseguido lo que realmente queríamos.

Si tienes un proyecto, una meta que conseguir... si quieres llegar a la excelencia en tu vida, llámanos, nuestro equipo de expertos te espera...