

Un poco más de información sobre... Qué es el Coaching?

Qué hace un Coach?

Como Coach te ayudo a **avanzar** desde donde estás ahora hasta donde quieres estar en el futuro. I a que llegues más **rápido** que si lo hicieses solo/sola.

Esto lo consigo a través de preguntas, ayudándote a conocerte mejor a ti mismo y a encontrar tus propias respuestas/soluciones a los temas que te preocupan.

Un Coach no suele dar consejos ni proponer soluciones; las soluciones que te podría dar no tienen por qué funcionar a ti!

Para poder recibir Coaching es necesario que:

- TENGAS un **objetivo** importante y que te suponga un reto importante.
- Sepas mantener los **compromisos** que asumes contigo mismo.
- El tema a trabajar no implique **ninguna patología**. *El Coaching no es terapia psicológica.*

Durante el Coaching...

- Todo lo que se hable es 100% **CONFIDENCIAL**.
- El tema a tratar lo decide la persona que recibe el Coaching.
- Las sesiones suelen durar entre 45 minutos y una hora.
- Podemos tener sesiones en tu casa, en mi oficina, o incluso por teléfono sin perder calidad.
- El proceso de Coaching no tiene una duración concreta. Entre 6 y 8 sesiones suelen ser lo más frecuente.

El Coaching no es sólo para directivos de empresas

- El Coaching nació para deportistas de élite, y al ver los resultados tan positivos obtenidos rápidamente se llevó al mundo de la empresa.
- Actualmente, también se hace Coaching en **ámbitos personales** a quien lo desee. En mi caso, me apasiona en particular ayudar a jóvenes/adolescentes y a padres/madres.

Qué debes buscar en un Coach?

- Que te sientas **cómodo/a** en tu relación con él. En mi caso, los clientes destacan mi accesibilidad y el hecho de ser muy cercano.
- Que tenga una buena **formación y experiencia**. Es importante comprobar que tu Coach tenga la certificación de algún organismo competente como es la ICF (International Coach Federation), como en mi caso, ya que garantiza la formación y un número de horas de experiencia.

Cuánto cuesta un proceso de Coaching?

- El coste se **adapta** de forma específica a tu caso. No es una inversión alta, y está demostrado que el resultado compensa. ¡Hablemos! ¡Me encantará explicarte más detalles de este mundo fascinante!

Me encontrarás en: coaching@carlesventura.com