

## ¿Quiénes somos?

Empresa formada por un equipo de profesionales multidisciplinares direccionados hacia la honestidad, transparencia, pasión, diferenciación, orientación al cliente, calidad y responsabilidad social.

Nuestra visión es referente del mercado, ofreciendo servicios a la medida a través de una relación profesional, cercana y comprometida.

Nuestra misión es contribuir al desarrollo de nuestros clientes acompañándolos en un espacio de reflexión, donde podrán comenzar a transformar tu vida, gestionar tus emociones, generar confianza y motivación.

## Coaching Ontológico

Es una modalidad del coaching que busca detectar y disolver los obstáculos que impiden a las personas abrirse nuevos caminos.

Facilitar un proceso de aprendizaje ontológico que, desde el compromiso del coachee (cliente), expanda la capacidad de acción, genere un cambio de observador y posibilite su transformación personal.

Se desarrolla un estilo especial de conversación que prioriza la pregunta y procura en un contexto de responsabilidad, aceptación y reflexión evocar las respuestas del cliente.

## Coaching para equipos de trabajo

Es un proceso de acompañamiento a un equipo de personas en la consecución de sus objetivos a través de acciones que fomentan la cooperación entre sus miembros, apoyándoles a revisar y mejorar sus relaciones en los procesos de trabajo.

Aplicación:

- ✓ Estructura del proceso, enfoques y evolución
- ✓ Técnicas para el diagnóstico del equipo
- ✓ Liderazgo – el líder coach e inteligencia emocional
- ✓ Gestión de las emociones en los equipos
- ✓ 5 disfunciones de un equipo

## Inteligencia emocional

Te ayuda a conectar con otras personas, forjar relaciones empáticas de manera efectiva, resolver conflictos y expresar tus sentimientos.

Aplicación:

- ✓ Neurobiología de las emociones
- ✓ Gestiones de las emociones

- ✓ Técnicas para estar motivado y tener voluntad
- ✓ Rueda de la vida

### **PNL (Programación neuro lingüística)**

Técnica para cambiar los pensamientos y hábitos de una persona para que sean exitosos por medio de técnicas de percepción, comportamiento y comunicación.

Describe cómo la mente trabaja y se estructura, de manera que las personas piensan, aprenden, se motivan, interactúan, se comunican, evolucionan y cambian.

Identificar comportamientos y actitudes que ayudan a desarrollar la excelencia en la vida personal y laboral, lo que da lugar a una manera diferente de pensar, sentir, actuar y a superar.

### **Mindfulness**

Se define principalmente como un estado de conciencia plena y aceptación del momento presente, intencional y no enjuiciadora de los pensamientos, sensaciones y/o sentimiento.

Técnica de meditación que busca entrenar la mente para centrar la atención y redireccionar los pensamientos, observándolos y dejándolos estar sin identificarnos con ellos.

Ser conscientes de la interacción entre la mente y el cuerpo, su influencia en los procesos de la salud y el bienestar psicológico. - Desarrollar la empatía y el altruismo - Mejorar la forma en que gestionamos las emociones en lo cotidiano y ante situaciones complejas.

### **Psicología Holística**

Este campo de estudio es muy amplio y comprende diversas terapias alternativas que pueden ser útiles para tratar problemas de gestión emocional, reducir el estrés y mejorar tu calidad de vida.

La terapia holística permite obtener una perspectiva completa del individuo, facilitando el análisis y la evaluación de la dimensión emocional, social y física.

Aplicación:

- ✓ Encontrar el origen del problema y tratarlo de raíz.
- ✓ Gestionar sentimientos de culpabilidad respecto a otras personas.
- ✓ Potenciar el crecimiento personal y el desarrollo del yo.
- ✓ Aumentar el bienestar emocional de las personas.
- ✓ Liberar la conciencia.