



coaching ***valencia***

Ricard Guillem, Psicólogo Coach

Teléfono/WhatsApp 636 705 232

¿Quieres mejorar?

**Podemos
acompañarte con
sesiones
de coaching**

coaching *valencia*



Soy Ricard Guillem, Psicólogo Coach (CV 01862), con más de 30 años de experiencia profesional. Desde 2003, con la marca Coaching Valencia, acompañando a mis clientes en procesos de mejora, de desarrollo personal y profesional

MI MISIÓN

Facilitar, acompañar a las personas para alcanzar sus metas personales y profesionales, logrando una vida equilibrada, más plena y satisfactoria.

MIS VALORES

Integridad, compromiso, competencia profesional, honestidad, respeto por el otro.

¿QUÉ ES EL COACHING?

El coaching consiste en una relación profesional continuada, basada en el acompañamiento durante un proceso de aprendizaje, que ayuda a obtener resultados extraordinarios en la vida, profesión, empresa o negocios de las personas. Mediante el proceso de coaching, la persona profundiza en su conocimiento, aumenta su rendimiento y mejora su calidad de vida.

Se trata de un proceso práctico de acompañamiento individual, que facilita el centrarse en la solución más que en el problema, a promover los cambios y, en definitiva, a tener una mayor conciencia y responsabilidad sobre su realidad.

En cada sesión, el cliente elige el tema de conversación mientras el coach escucha y contribuye con observaciones y preguntas. Este método interactivo crea transparencia y motiva al/ a la cliente/ta para actuar.

coaching *valencia*

El coaching acelera el avance de los objetivos del cliente, al proporcionar mayor enfoque y conciencia de sus posibilidades de elección. El coaching toma como punto de partida la situación actual del cliente y se centra en lo que éste esté dispuesto a hacer para llegar a donde le gustaría estar en el futuro, siendo conscientes de que todo resultado depende de las intenciones, elecciones y acciones del/de la

cliente/a, respaldadas por el esfuerzo del coach y de la aplicación del método de coaching.

Es un proceso de aprendizaje, de desarrollo personal y profesional, con el propósito de optimizar el rendimiento y el bienestar de una de ellas, donde el coach asiste en el aprendizaje de nuevas maneras de ser y de hacer.

**REFLEXIONANDO SOBRE NUESTRA FORMA PARTICULAR DE SER,
OBSERVANDO AQUELLO QUE NOS HACE ESTAR DONDE NOS ENCONTRAMOS
Y LLEVANDO A TERMINO ACCIONES PRESENTES
QUE NOS CONDUZAN POR EL CAMINO DEL ÉXITO.**



coaching *valencia*

Optar por el coaching no significa suponer que algo anda mal, sino simplemente reconocer que hay cosas que no sé, algún aspecto de mi vida personal y profesional que puedo mejorar.

En el coaching, si bien el papel del coach es activo, el cliente asume la responsabilidad de los resultados, desde su autonomía y compromiso. Es él quién decide, quién opta, quién en último término resuelve. Durante el proceso se clarifican

los valores y visiones, se establecen objetivos y nuevas acciones para que la persona pueda llevar una vida más satisfactoria.

El proceso del coaching permite a la persona ver sus objetivos, metas o sueños fuera de sí, despegándose de los obstáculos y limitaciones. Allí se produce la "relación de coaching" donde el cliente decide las ACCIONES que tomará próximamente para alcanzar sus objetivos.

SERVICIOS

coaching *valencia*

COACHING PERSONAL

El coaching personal trata del establecimiento de objetivos (retos) y nuevas acciones para que la persona pueda alcanzar una vida más satisfactoria y plena.

Algunos de los motivos por los que las personas solicitamos iniciar un proceso de Coaching:

- Para clarificar nuestra visión y valores, estableciendo metas realistas.
- Para rediseñar la propia vida si no nos gusta la forma cómo la estamos viviendo.
- Para equilibrar las distintas facetas de tu vida (profesional, salud, familiar, social, espiritual...).
- Para obtener retroalimentación acerca de tu nivel de desempeño que te permita saber si te acercas o te desvías de tus objetivos.
- Mejorar la habilidad de relacionarte con las demás personas.
- Para aumentar nuestro autocontrol.
- Para desarrollar las habilidades para poner en práctica lo que aprendemos.
- Para ayudar a las otras personas.
- Para sentirnos más centrados con nuestra existencia.
- Para mejorar el ambiente familiar.
- Para mejorar la gestión del tiempo, y librarse de las cosas no-importantes, que nos ocupan.
- Para desligarnos de los anclajes del pasado.
- Para desarrollar las habilidades sociales.
- Para tener un punto de vista externo y objetivo sobre la vida que has construido.
- Para tener a alguien que nos ayude a estar concentrado, que nos desafíe, que nos haga sentirnos responsables, nos pida explicaciones sobre la falta de cumplimiento de nuestros compromisos.
- Para cambiar o promocionarnos en el trabajo.
- Para ser mejor en el deporte que prácticas.
- Para superar situaciones difíciles.



coaching *valencia*

COACHING EJECUTIVO /PROFESIONAL

Las organizaciones solicitan los servicios de coaching para su personal directivo como un medio de apoyo eficaz para la consecución de sus objetivos profesionales.

El coaching consiste en liberar el potencial de una persona para incrementar al máximo su desempeño; se trata de ayudarle a aprender en lugar de enseñarle, a encontrar las respuestas en lugar de responderlas y a sacar lo mejor de si mismo; porque en el interior de toda persona hay muchas capacidades a la espera de ser liberadas

El coaching es especialmente útil para la alta dirección dado que generalmente suelen estar relativamente solos a la hora de tomar decisiones importantes o compartir sus propios problemas. El proceso de coaching representa un excelente medio de apoyo a los procesos de cambio.

Situaciones más habituales en las que se contrata a un coach:

- Para afrontar retos importantes con mayor seguridad.
- Para mejorar el autocontrol y la gestión de las emociones.
- Para el desarrollo de competencias directivas concretas.
- Para apoyar a personas directivas recién promocionados o a punto de serlo.
- Para sentirse más seguro/a en el desempeño de un rol.
- Para solucionar conflictos interpersonales.
- Para potenciar el liderazgo, desarrollar la capacidad de influencia.
- Para identificar y superar limitaciones y bloqueos.
- Para mejorar las relaciones con los colaboradores y las colaboradoras.
- Para facilitar la búsqueda de soluciones y la toma de mejores decisiones.



**Nuestra
forma de
hacer ...**

coaching *valencia*

SERVICIOS COACHING VALENCIA

En la actualidad desde Coaching Valencia ofrecemos servicios de coaching, a través de diferentes modalidades.

COACHING PRESENCIAL (SOLO EN VALENCIA CIUDAD)

Esta modalidad está pensada para las personas que viven en Valencia o alrededores y que prefieren el contacto directo. Las sesiones tienen lugar en un sitio prefijado de antemano. Entre sesiones puedes comunicarte conmigo vía mail tanto como desees. Lugar de las sesiones:

- Lugar definido por el cliente.
- En la empresa del/de la cliente/a
- En nuestro despacho particular

Por motivos de COVID todas las sesiones se realizarán por videoconferencia



COACHING VIRTUAL (VIDEOCONFERENCIA: Skype, Meet,)

¿Estás en otra ciudad o simplemente quieres evitar los desplazamientos? El coaching por videoconferencia es una manera muy efectiva de trabajar y ofrece grandes ventajas:

- No necesita desplazarse a ningún lado, lo que ahorra tiempo. Si para usted el tiempo es dinero, además del transporte.
- Si trabaja o vive en constante movimiento, podemos tener sesiones de coaching desde cualquier lugar.
- Por videoconferencia, al contrario de lo que algunas personas piensan, la mayoría logra centrarse en los temas mucho mejor, lo que permite ser muy preciso y efectivo en un tiempo menor que si fuera cara a cara.

DURACIÓN Y FRECUENCIA DE LAS SESIONES

Cantidad de sesiones: A definir con el cliente. Normalmente se establecen 2 sesiones mensuales. Duración de las sesiones de coaching individual: 60 minutos.

HORARIOS DE ATENCIÓN

De lunes a viernes de 17:30 a 21:30 horas

coaching *valencia*

TARIFAS COACHING PERSONAL

Un proceso de coaching tiene una duración media de 10 sesiones, dependiendo de cada cliente (retos, compromiso...), que puede durar entre unos meses y medio año. No hay reglas fijas.

La tarifa por una sesión de coaching personal es de 60 euros de una hora de duración.

También contratar sesiones sueltas para tratar cuestiones puntuales.

TARIFAS COACHING EJECUTIVO

La duración y los servicios del coaching ejecutivo se rigen según las necesidades de las empresas y de sus ejecutivos.

Solicitar presupuesto



coaching *valencia*

CONTACTA

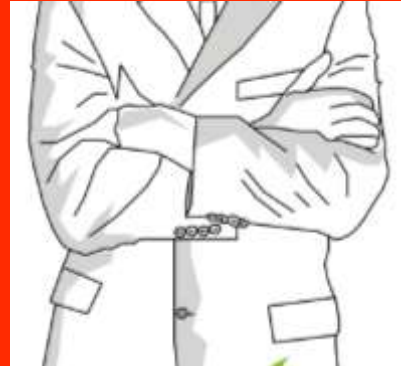
Si quieres que charlemos sobre tu situación particular o la de tu empresa, si necesitas aclaraciones sobre coaching, tienes dudas de los beneficios de este proceso de aprendizaje, o sencillamente por compartir alguna información, una idea, puedes contactar conmigo a través del email o del teléfono/whatsapp

Ricard Guillem
Psicólogo Coach
Colegiado CV01862

Teléfono/Whatsapp 636 70 52 32

En Internet: www.coachingvalencia.com
Twitter: [@ricardvcia](https://twitter.com/ricardvcia)
Información email: ricard.guillem@coachingvalencia.com

**"Dime donde enfocas y
te diré lo que te es posible"**



**Ricard Guillem
Psicólogo Coach
Colegiado CV01862**

Teléfono/Whatsapp 636 70 52 32