

- COACHING -



Sólo podemos actuar sobre lo que somos conscientes.

Autoestima: el valor que nos imponemos como ser humano.

Confianza: en nuestra pericia, habilidades, comportamientos, habilidades y/o situaciones.

CONCIENCIA → **AUTOCREENCIA**

Conocer lo que ocurre en nuestro interior y alrededor nuestro.

FEEDBACK

LIBERTAD

MOTIVACIÓN AL CAMBIO

motivación (energía +) > miedo (energía -)
zona de confort / z. aprendizaje / z. pánico
"Traer el futuro al presente"

¿Eres víctima o protagonista?

Víctima:

estímulo
↓
determinismo
↓
respuesta

Protagonista:

Estímulo
↓
Conciencia
↓
Elección (decisión)
↓
Respuesta

Un protagonista se centra en su esfera de influencia, una víctima en la zona que está fuera de ella.

Tomar conciencia de nuestra libertad, tener autocreencia suficiente para decidir y actuar en consecuencia.

RESULTADO

ELECCIÓN



Con uno mismo y con los demás. Conseguiremos resultados en la medida de nuestra motivación y compromiso.

ACCIÓN

RESPONSABILIDAD

COMPROMISO

El Coaching es Acción!

- Sin acción no hay resultados.
- Sin resultados no hay feedback.
- Sin feedback no hay aprendizaje .
- Sin aprendizaje no hay mejora.
- Sin mejora no desarrollamos nuestro potencial.
- Sin desarrollar nuestro potencial no podemos alcanzar nuestras metas.
- Sin alcanzar nuestras metas no hay coaching.
- **Sin acción no hay coaching.**