



Coaching estratégico

YOLANDA MARGARITA RAMOS LUNA

Psicología efectiva. Terapia breve & coaching estratégico

Carretera Nacional 500. Pueblo Serena. Local D230

64990, Monterrey Nuevo León, México

yramos.psicologiaefectivamty@gmail.com

+52 8110505427

Visión general

- Mejorar las habilidades de solución de problemas del consultante, haciendo emerger sus talentos escondidos
- Transformar los límites en recursos.

Objetivos

1. Definición concreta del problema a tratar y las emociones limitantes
2. Identificar psicotrampas del pensamiento y de la acción (análisis de las resistencias personales)
3. Definir puntualmente el objetivo o resultado deseado
4. Evaluar distintas estrategias de solución de problemas en los ámbitos de estrategia, comunicación y relación

¿Quiénes se benefician del coaching estratégico?

Todas las personas que buscan resolver estratégicamente un problema y/o mejorar su rendimiento y superar sus límites tanto en el ámbito personal como laboral, académico, deportivo, etc. El coaching estratégico está basado en metodología científica de Carl Popper y principios operativos de Giorgio Nardone

Contexto del coaching estratégico

Entender cómo persiste y se mantiene un problema es la clave para llevar a cabo un cambio; sin embargo, todo cambio va a encontrar una resistencia que se debe considerar y trabajar para convertirlo en una palanca; asimismo, la identificación de emociones limitantes permite generar reestructuraciones de pensamientos y acciones a través de la comunicación, sirviendo de base al desarrollo de competencias en el consultante.

Encuadre de trabajo

I. Una sesión quincenal

- A. Duración de la sesión (presencial u online): 1 hora
- B. Costo por cita: \$2000 MX

II. Prescripción de indicaciones y tareas a seguir por el consultante

- A. El motor del cambio es la constancia
- B. Todas las sugerencias e indicaciones son personalizadas en base al modelo de coaching estratégico

III. Valoración de avance en cada sesión hasta llegar al objetivo