

¡Muévete!

Coaching para el Cambio

Coaching para el Cambio

¿CÓMO ES UN PROCESO DE COACHING?

- Inicio los procesos con una **sesión exploratoria gratuita** de entre 30mins-45mins de duración, en donde escucho tus necesidades, describo mi método de trabajo, resuelvo todo tipo de dudas y abordamos cuestiones prácticas como honorarios, horarios, lugar de celebración de las sesiones, periodicidad, política de cancelación y confidencialidad, etc.

La sesión exploratoria puede ser presencial o telefónica dependiendo de la disponibilidad.

- Ofrezco **sesiones de 75mins- 90mins** aproximadamente, con una periodicidad de una o dos semanas.
- Si prefieres hacer sesiones más cortas, para que se adapten mejor a tu ritmo de vida, puedo ofrecerte también **sesiones de 60mins**.
- Las sesiones pueden ser presenciales, telefónicas, por Skpye o por hangout Google Plus.
- Un proceso medio estaría entre las 4 y las 12 sesiones, pero es variable.

Coaching para el Cambio

¿CÓMO ES UN PROCESO DE COACHING?

- Tras esa primera sesión exploratoria, si decides iniciar un proceso conmigo como coach, te envío un **acuerdo de confidencialidad** y un **contrato** que recoge las bases de nuestra relación y compromiso.
- También te remito un **cuestionario** de preparación de la primera sesión con el objetivo de que empieces a recorrer tu camino al cambio.

HONORARIOS:

- La sesión exploratoria es gratuita.
- Tras nuestro primer contacto, y en función de tus necesidades, te informaré de precios y promociones.
- Ofrezco **bonos de 5 sesiones** con descuento respecto a las sesiones individuales.
- Para mis clientes que ya están en un proceso de coaching, ofrezco sesiones extra de **coaching express**. Estas sesiones son telefónicas y de una duración aproximada de 20mins. El precio es de 15€ por sesión.
- Las sesiones se pagan por adelantado mediante transferencia bancaria 2 días antes de la sesión. Solo de forma excepcional se permitirán otras formas de pago.

Coaching para el Cambio

POLÍTICA DE CANCELACIÓN:

- Si por cualquier motivo, no puedes asistir a una de las sesiones acordadas, se ruega que avises como mínimo con **24h de antelación**.
- Como las sesiones se pagan por adelantado mediante transferencia, me comprometo a recuperar esa sesión anulada lo antes posible, bien de forma presencial, por teléfono o por Skype, incluso en fin de semana.

LUGAR DE CELEBRACIÓN Y HORARIO:

- Las sesiones presenciales tienen lugar en el barrio de Chamberí. En caso de que tu disponibilidad sea escasa, podemos acordar un lugar alternativo.
- Me adapto a tu disponibilidad horaria y tengo **sesiones entre las 9h y las 20h de lunes a viernes**.
- Existe la opción de tener **sesiones en fines de semana**, planificándolas con más antelación.

“Ser uno mismo es, siempre, llegar a ser ese otro que somos y que llevamos escondido en nuestro interior, más que nada como promesa o posibilidad de ser”

(Octavio Paz)

