



SOLUCIONES PARA EMPRESAS  
Transforma tus conocimientos en resultados de negocio

---

1.740

Horas de Formación  
Académica

4.380

Horas de formación

---

2.320

Horas de mentorías  
y coaching

---

Experiencia  
Acumulada en  
Formación hasta 2024





Como Psicóloga y coach certificada con más de 20 años dedicada a la dirección de personas en entorno internacional y Consultoría estratégica. Acompaño a directivos/as, managers y empresarios/as , a lograr sus objetivos y desarrollo profesional, desde una perspectiva integral, que mejora el rendimiento de la organización y el apoyo a la gestión humana.

En un mundo empresarial en constante evolución, el coaching ejecutivo ha emergido como una herramienta vital para el desarrollo profesional y organizacional. A través del autoconocimiento, la autoconfianza y la responsabilidad, los altos cargos logran implantar un liderazgo eficiente, motivador e inspirador.

Con mis conocimientos y métodos científicamente fundamentados y probados en la práctica, te acompaño en el análisis y ampliación de tus habilidades y recursos profesionales y personales.

Doy especial importancia a actuar de forma transparente, comprensible y sostenible, así como con humor, corazón y mente.



# Soluciones para cada necesidad



## Definición de la situación actual

Sesión de valoración para detectar la necesidad o necesidades a cubrir y seleccionar las herramientas necesarias para afrontar esos desafíos..

## Definición de la situación deseada

Concretar objetivos, metas, definir indicadores de seguimiento

## Aprendizaje Práctico

Basado en metodología 70-20-10. A través de la participación activa, con ejercicios de alto impacto, sencillos y avalados por bibliografía y datos científicos.

## Plan de Acción Individual

Definición de un plan de acción individual, práctico, de fácil aplicación para generar el impacto esperado.

## Mentorías

Te acompañamos a convertir ese aprendizaje en una metodología de trabajo sostenible y rentable en el tiempo. A través de sesiones online o presenciales individuales con las que impulsar tu plan de acción

## Seguimiento y Garantía

Evaluación y Seguimiento durante el desarrollo del programa (pulse check) y tras la finalización para garantizar el impacto a través del tiempo (Sostenibilidad).



Nuestras soluciones pueden impartirse con distintas duraciones y diferentes experiencias de aprendizaje: presenciales, virtuales, o mixtas.

## El desarrollo de habilidades una oportunidad para...



Si tú no inviertes en ti,...¿Por qué piensas que otros lo harán?



PERSONAS | EQUIPOS | ORGANIZACIONES



# COACHING Y MENTORING



# Coaching para personas o equipos

## Descubre TU POTENCIAL Y ALCANZA RESULTADOS

Estudios recientes realizados por MetrixGlobal en una empresa y publicado en Fortune 500, reveló que el retorno de la inversión (ROI) por coaching ejecutivo es del 52%. Si se tiene en cuenta su potencial para retener al personal, esta cifra se incrementa al 78%.

## ¿Cómo lo trabajamos?

Te proporcionamos un espacio seguro y confidencial para explorar tus ideas, desafiar tus límites y tomar acción en las áreas que tú mismo(a) elijas.

- Nuestro proceso consta de al menos 4 sesiones de 90 minutos cada una, diseñadas para brindarte un acompañamiento personalizado y efectivo.
- Durante nuestras sesiones, tendrás el apoyo y la orientación para superar obstáculos, potenciar tus fortalezas y alcanzar tus metas.



Psicóloga Colegiada, Mentora COP y Certificada en Coaching Ejecutivo por AECOP



## Para todos los perfiles y niveles

**¡Sumérgete en el fascinante mundo del coaching a través de sesiones on-line o presenciales, explora tu interior y pon el foco en lo que realmente es importante para ti!**

### **Individual online / presencial:**

Sesiones aproximadamente de **una hora y media** de duración Intervalos entre sesiones quincenales y/o mensuales. **Trabajos inter sesiones.** Promedio de 4 a 8 sesiones Para más información y experimentar algo diferente, contacta siempre con profesionales.

### **Grupal online / presencial:**

Sesiones aproximadamente de **una hora y media** de duración Intervalos entre sesiones quincenales y/o mensuales. **Trabajos inter sesiones** Promedio de **4 a 8 sesiones** Para más información y experimentar algo diferente, contacta siempre con profesionales.





SÍGUEME EN

