GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Servicios de coaching personal con la Escuela de Coaching EDPyN

Actualidad Empresarial | 06/09/2022 | 00:00

En los últimos años, las técnicas de coaching se han implementado con gran fuerza en Europa, debido a su comprobada eficiencia para contribuir en el desarrollo profesional y personal de la población.

Este se centra en un proceso confidencial e individualizado en el que se utilizan herramientas específicas y la dirección y acompañamiento del coach para conseguir resultados de éxito.

Uno de los centros más destacados en servicios de coaching personal en España, así como de formación en coaching, es la Escuela de Coaching EDPyN. Esta academia ofrece a los particulares la posibilidad de potenciar su desarrollo y superación, así como también el fortalecimiento de sus habilidades personales. Todo ello, con el objetivo de ayudar al individuo a alcanzar un mayor bienestar y satisfacción.

Beneficios del coaching personal

El coaching personal es concebido como un entrenamiento personal enfocado en el pensamiento y en la percepción. En líneas generales, esta práctica se encuentra orientada a mejorar el desempeño individual en diferentes ámbitos. Una palabra que define el coaching es la eficacia. Dentro de los principales beneficios del coaching personal, destaca la oportunidad de mejorar el bienestar de los seres humanos, ayudándoles a encontrar una mayor sensación de plenitud.

Asimismo, esta disciplina permite equilibrar el ámbito personal y el profesional, al tiempo que contribuye a reducir los niveles de estrés y ansiedad. Por otra parte, el coaching personal promueve el autoconocimiento y el continuo aprendizaje y a su vez favorece las relaciones interpersonales, ya sean familiares, de pareja, sociales o profesionales.

Ya sea para emprender un proyecto empresarial, en situaciones de cambio o buscar mayor claridad en los objetivos personales o profesionales, los servicios de coaching personal para particulares de EDPyN pueden resultar una alternativa favorable.

¿Cómo se hace un proceso de coaching personal?

Los servicios de coaching personal de la Escuela de Coaching EDPyN se desarrollan como un

proceso colaborativo enfocado en la búsqueda de soluciones. En su progreso, un coach acreditado por ICF acompaña al cliente hasta conseguir sus objetivos. Para ello, los coaches hacen uso de diversas herramientas y métodos diseñados para impulsar a las personas hacia dónde aspiran llegar y de la mejor forma.

Según Montse Altarriba, directora de la Escuela de Coaching EDPyN, la relación entre el coach y el coachee se basa en y crece conforme avanzan las sesiones. De acuerdo a los expertos de la Escuela de Coaching EDPyN, el desarrollo de las personas se encuentra basado en 3 procesos: confianza, colaboración y compromiso. Cada uno de ellos contribuye a mejorar un aspecto en el individuo. Por ejemplo, el primero de ellos ayuda en la gestión emocional, el segundo fortalece las habilidades comunicativas y el tercero a la motivación y la resiliencia.

Las sesiones de la Escuela de Coaching EDPyN para particulares tienen una duración de una hora y pueden desarrollarse de forma online o presencial en sus sedes de Madrid o Barcelona. Dependiendo de que perfil de coach se requiera para el proceso de coaching cambiará el precio, se pueden obtener más detalles en la web de EDPyN.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/183652-servicios-de-coaching-personal-con-la-escuela-de-coaching-edpyn.htm