

DOSSIER DE FORMACIÓN



**Auto
coaching**®



Pocas empresas saben aún cómo beneficiarse y revalorizar su capital humano a través de un proceso de *coaching*. Sacar lo mejor de cada persona, apoyarla y estimularla para que sea capaz de encontrar soluciones eficaces son tareas cada vez más necesarias en el ámbito empresarial y personal.

En un mundo cada vez más competitivo, donde la presión por obtener resultados y tomar decisiones es cada vez mayor, los seres humanos, no siempre reaccionan de la manera más adecuada. Por ello, la búsqueda de soluciones en entornos colaborativos y la implementación de nuevas metodologías que permitan mejorar las habilidades personales, así como el análisis del entorno, están cobrando cada vez más importancia para la comunidad empresarial.

Autocoaching®: una empresa, un modelo de trabajo

En este contexto, **Autocoaching®** ofrece servicios profesionales concebidos a partir de una metodología innovadora de autoconocimiento para la realización personal y profesional.

Pero **Autocoaching®** no hace referencia únicamente a una empresa, sino también a un modelo desarrollado por la misma y que está sustentado por un profundo trabajo de investigación. Después de dos años de estudio se ha generado el *coaching de la variedad*, una taxonomía completa que sirve de motor y de apoyo para todas las actividades del proceso.

Además de un **práctico libro** que describe toda la metodología: “Autocoaching: cómo conseguir lo mejor de uno mismo”, traducido a 7 idiomas, ofrecemos un **completo portal** configurable a las distintas organizaciones. Con la herramienta, totalmente adaptable a su medida, nuestros profesionales consiguen que se aporte valor a los empleados y se logre crecimiento en sus organizaciones. Dentro de sus ventajas innovadoras existe una detallada estructuración del proceso, una absoluta privacidad y un significativo ahorro de costes.

A día de hoy los servicios de **Autocoaching®** se complementan con la divulgación de la metodología en **ponencias personalizadas** para la motivación de los empleados y la de entrenamiento con servicios integrales de *coaching* orientados a la mejora continua. Clientes como Oracle, Nycomed o Gimnasios DIR son referencias de las mismas.



Formación a su medida

Una oferta formativa configurable que acercará el *coaching* a su organización y que está diseñada para cubrir todas sus necesidades. El programa, apoyado en una probada metodología de formación, es una inversión en capital humano que le garantiza el éxito a largo plazo. Con su diseño configurable atiende tanto a las necesidades de grandes empresas como las de organizaciones medianas y pequeñas. El programa se articula en base a:



PONENCIA 1-2 horas

Breve exposición de la metodología de Autocoaching® para lograr la elaboración de planes de mejora personales e incrementar la motivación de los empleados. Opcionalmente se ofrece la rueda de la vida imantada y el libro con la metodología.

FORMACIÓN EXPRESS 3-4 horas

Desarrolla las habilidades fundamentales para lograr el éxito de los planes de mejora personales, mediante la realización de prácticos ejercicios de *coaching*. Opcionalmente se ofrece la rueda de la vida imantada y el libro con la metodología.

FORMACIÓN 7-8 horas

Desarrolla en detalle todas las habilidades necesarias para lograr el éxito de los planes de mejora personales, mediante la realización de prácticos ejercicios de *coaching*. Incluye la rueda de la vida imantada, el libro y un mes de acceso a la web.

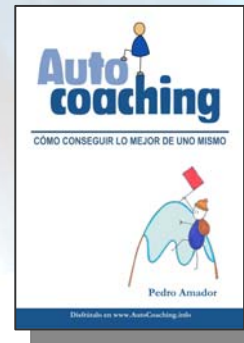
FORMACIÓN AVANZADA Más de 10 horas

Hoy en día, es imprescindible liderar el propio proyecto personal. En distintas jornadas y con asistencia personalizada, se desarrolla un plan de mejora individualizado. Se cuenta con el apoyo del libro, la rueda de la vida y 6 meses de acceso gratuito a la web.

Metodología innovadora

Este nuevo método de trabajo pivota sobre cuatro ejes fundamentales, todos ellos orientados a que el cliente pueda sacar el mayor partido del proceso:

- 1. Libro “Autocoaching: cómo conseguir lo mejor de uno mismo”,** representa la traslación del estudio al papel. Incluye ejercicios, que se pueden realizar en el propio libro, y que ayudan a los lectores a comprobar los logros de su entrenamiento. Está disponible en las principales librerías y gracias a su éxito, está traducido a varios idiomas: inglés, alemán, italiano, portugués, catalán y euskera.
- 2. Web www.autocoaching.es:** para conocerse mejor y conseguir todo lo que uno se proponga sin ayuda presencial. 12.000 usuarios de todo el mundo operan de forma continuada en el portal, que recibe 30.000 visitantes al mes y que está traducido al inglés. Entre sus ventajas encontramos la detallada estructuración del proceso, la absoluta privacidad o el significativo ahorro de costes para la realización de procesos de *coaching*.
- 3. Rueda de la vida:** un juego de imanes que nos permite comprobar, de una manera muy visual, en qué punto de nuestra vida personal y profesional nos encontramos. Visualiza el grado de felicidad de cada individuo en base a diferentes áreas (valoradas de 0 a 10). Es configurable a la medida del cliente con las características importantes así como los logotipos necesarios.
- 4. Portal de *resellers*:** nuestra solución estrella le permite disponer de presencia online profesional, sin grandes inversiones y en muy poco tiempo. Dispondrá de una versión de **Autocoaching**[®] a su medida, personalizada con su imagen corporativa, que le dará acceso a todos los indicadores de avance del *coaching* de sus clientes. Todo a través de un sencillo gestor web que no precisa de conocimientos técnicos de desarrollo o diseño.



No dude en solicitar más información sobre **Autocoaching**[®]

Persona de contacto: Pedro Amador – Socio fundador

Teléfono móvil: +34 911 255 255 - Correo electrónico: pedro@autocoaching.info