



Coaching Individual

Lo mejor que puedes hacer por los demás no es enseñarles sobre tus riquezas, sino mostrarles las tuyas. – Goethe

Una necesidad creciente

La necesidad de coaching individual crece debido a las profundas transformaciones del mundo laboral y social. La aceleración tecnológica, los cambios organizacionales, el trabajo híbrido y la presión constante por adaptarse generan incertidumbre, estrés y necesidad de apoyo personalizado. Cada vez más profesionales buscan desarrollar liderazgo, inteligencia emocional, comunicación y capacidad de toma de decisiones en contextos complejos. Al mismo tiempo, muchas personas desean encontrar mayor equilibrio, sentido y coherencia entre su vida personal y profesional. El coaching individual ofrece un espacio de reflexión, clarificación de objetivos y acompañamiento en procesos de cambio, transición o desarrollo personal. Por ello, se ha convertido en una herramienta cada vez más valorada tanto en empresas como en proyectos de vida individuales.

Nuestra oferta

Este programa de coaching profesional es personalizable y se adapta a tus objetivos. Consiste en el apoyo profesional de uno de nuestros coaches durante todo tu proceso de cambio o la consecución de tu proyecto. Este apoyo incluye sesiones de debate, preguntas perspicaces, retroalimentación, autoconocimiento y acción, todo ello en un entorno seguro, de confianza y de apoyo. El número y la frecuencia de las sesiones se adaptan a tus necesidades y disponibilidad (semanal, mensual, trimestral, anual, etc.). Las sesiones pueden realizarse en persona, por teléfono o en línea, lo que permite el seguimiento y la comunicación desde cualquier lugar del mundo.

Los resultados

Dada la flexibilidad del enfoque, los resultados obtenidos con este programa varían considerablemente. Por ejemplo, aquí presentamos algunos resultados logrados por algunos de nuestros clientes:

- 🌟 Has elegido tus estudios y tanto estos como tu inserción laboral han sido exitosos.
- 🌟 Tu carrera profesional se ha reorientado con éxito.
- 🌟 Has superado los retos propios del trabajo por cuenta propia.
- 🌟 Afrontas tu nuevo rol con serenidad y éxito.
- 🌟 Tu nivel de estrés está bajo control y has superado el riesgo de agotamiento.
- 🌟 Has desarrollado tu creatividad y capacidad de innovación.
- 🌟 Has adquirido y perfeccionado tus habilidades de coaching o mentoría.
- 🌟 Has concebido e implementado nuevos proyectos profesionales y personales.
- 🌟 Has mejorado tu gestión del tiempo y tus prioridades.
- 🌟 Has logrado un equilibrio sostenible entre tu vida laboral y personal.
- 🌟 Ahora sabes cómo gestionar las relaciones con personas difíciles.
- 🌟 Tu visión se ha convertido en realidad y en una fuente de satisfacción.
- 🌟 Has superado las dificultades relacionadas con tu entorno, un accidente, una enfermedad, etc.
- 🌟 Como expatriado, te has adaptado a tu nuevo entorno y te has reintegrado a tu vida laboral tras tu regreso.
- 🌟 Te acercas a tu retiro o jubilación con serenidad y éxito.

A tu escucha

Este programa está dirigido a cualquier persona que desee experimentar y afrontar con éxito un cambio en su vida profesional o personal. Un cambio deseado, o impuesto. Los coaches de nuestra red están disponibles para brindarle este apoyo.

+info: contact@morenacoaching.com.



Coaching Individuel

Le meilleur service à rendre aux autres n'est pas de leur parler de vos richesses, mais de leur montrer les leurs. – Goethe

Un besoin croissant

Le besoin de coaching individuel s'accroît en raison des profondes transformations du monde du travail et de la société. L'accélération technologique, les mutations organisationnelles, le travail hybride et la pression constante d'adaptation génèrent incertitude, stress et un besoin d'accompagnement personnalisé. De plus en plus de professionnels cherchent à développer leurs compétences en leadership, en intelligence émotionnelle, en communication et en prise de décision dans des contextes complexes. Parallèlement, nombreuses sont les personnes qui aspirent à un meilleur équilibre, à plus de sens et à une plus grande cohérence entre leur vie personnelle et professionnelle. Le coaching individuel offre un espace de réflexion, de clarification des objectifs et de soutien lors de processus de changement, de transition ou de développement personnel. Il est ainsi devenu un outil de plus en plus précieux, tant en entreprise que dans le cadre de projets de vie individuels.

Notre offre

Ce programme de coaching professionnel est personnalisable et adapté à vos objectifs. Il comprend un accompagnement personnalisé par l'un de nos coaches tout au long de votre processus de changement ou de la réalisation de votre projet. Cet accompagnement inclut des séances de discussion, des questions pertinentes, des retours constructifs, un travail sur la connaissance de soi et la mise en œuvre d'actions concrètes, le tout dans un cadre sécurisant, de confiance et bienveillant. Le nombre et la fréquence des séances sont adaptés à vos besoins et à vos disponibilités (hebdomadaires, mensuelles, trimestrielles, annuelles, etc.). Les séances peuvent se dérouler en présentiel, par téléphone ou en ligne, permettant ainsi un suivi et une communication où que vous soyez dans le monde.

Les résultats

Grâce à la flexibilité de l'approche, les résultats obtenus avec ce programme varient considérablement. Voici, par exemple, quelques résultats obtenus par certains de nos clients :

- 🌟 Vous avez choisi vos études et votre parcours, tant scolaire que professionnel, s'est déroulé avec succès.
- 🌟 Votre carrière a été réorientée avec succès
- 🌟 Vous avez surmonté les défis du travail indépendant.
- 🌟 Vous abordez votre nouveau poste avec sérénité et réussite.
- 🌟 Vous maîtrisez votre stress et avez évité le burn-out.
- 🌟 Vous avez développé votre créativité et votre capacité d'innovation.
- 🌟 Vous avez acquis et perfectionné vos compétences en coaching ou en mentorat.
- 🌟 Vous avez conçu et mis en œuvre de nouveaux projets professionnels et personnels.
- 🌟 Vous avez amélioré votre gestion du temps et vos compétences en matière de priorisation.
- 🌟 Vous avez trouvé un équilibre durable entre vie professionnelle et vie personnelle.
- 🌟 Vous savez désormais gérer les relations avec les personnes difficiles.
- 🌟 Votre vision est devenue réalité et source de satisfaction.
- 🌟 Vous avez surmonté des difficultés liées à votre environnement, un accident, une maladie, etc.
- 🌟 En tant qu'expatrié, vous vous êtes adapté à votre environnement et avez repris votre vie professionnelle à votre retour.
- 🌟 Vous abordez la retraite avec sérénité et réussite.

A votre écoute

Ce programme s'adresse à toute personne souhaitant vivre et gérer avec succès un changement dans sa vie professionnelle ou personnelle, qu'il soit désiré ou subi. Les coaches de notre réseau sont disponibles pour vous accompagner. Pour plus d'informations, +info : contact@morenacoaching.com



Individual Coaching

The best you can do is to ensure that people are not taught about your riches, but rather to show them yours. - Goethe

A growing need

The need for individual coaching is growing due to profound transformations in the world of work and society. Technological acceleration, organizational changes, hybrid work, and constant pressure to adapt generate uncertainty, stress, and a need for personalized support. More and more professionals are seeking to develop leadership, emotional intelligence, communication, and decision-making skills in complex contexts. At the same time, many people want to find greater balance, meaning, and coherence between their personal and professional lives. Individual coaching offers a space for reflection, goal clarification, and support during processes of change, transition, or personal development. Therefore, it has become an increasingly valued tool in both companies and individual life projects.

Our offer

This professional coaching program is customizable and tailored to your goals. It consists of professional support from one of our coaches throughout your change process or the achievement of your project. This support includes discussion sessions, insightful questions, feedback, self-awareness, and action, all within a safe, trusting, and supportive environment. The number and frequency of sessions are adapted to your needs and availability (weekly, monthly, quarterly, annually, etc.). Sessions can be conducted in person, by phone, or online, allowing for monitoring and communication from anywhere in the world.

Results

Given the flexibility of the approach, the results obtained with this program vary considerably. For example, here are some results achieved by some of our clients:

-  You have chosen your studies, and both your studies and your entry into the workforce have been successful.
-  Your career has been successfully redirected.
-  You have overcome the challenges of self-employment.
-  You are approaching your new role with serenity and success.
-  Your stress level is under control, and you have overcome the risk of burnout.
-  You have developed your creativity and capacity for innovation.
-  You have acquired and refined your coaching or mentoring skills.
-  You have conceived and implemented new professional and personal projects.
-  You have improved your time management and prioritization skills.
-  You have achieved a sustainable work-life balance.
-  You now know how to manage relationships with difficult people.
-  Your vision has become a reality and a source of satisfaction.
-  You have overcome difficulties related to your environment, an accident, an illness, etc. As an expat, you've adapted to your new environment and reintegrated into your professional life after your return.
-  You're approaching retirement with peace of mind and success.

To your listening

This program is for anyone who wants to experience and successfully navigate a change in their professional or personal life—whether a desired change or one imposed upon them. The coaches in our network are available to provide this support. For more information, contact us at +info: contact@morenacoaching.com