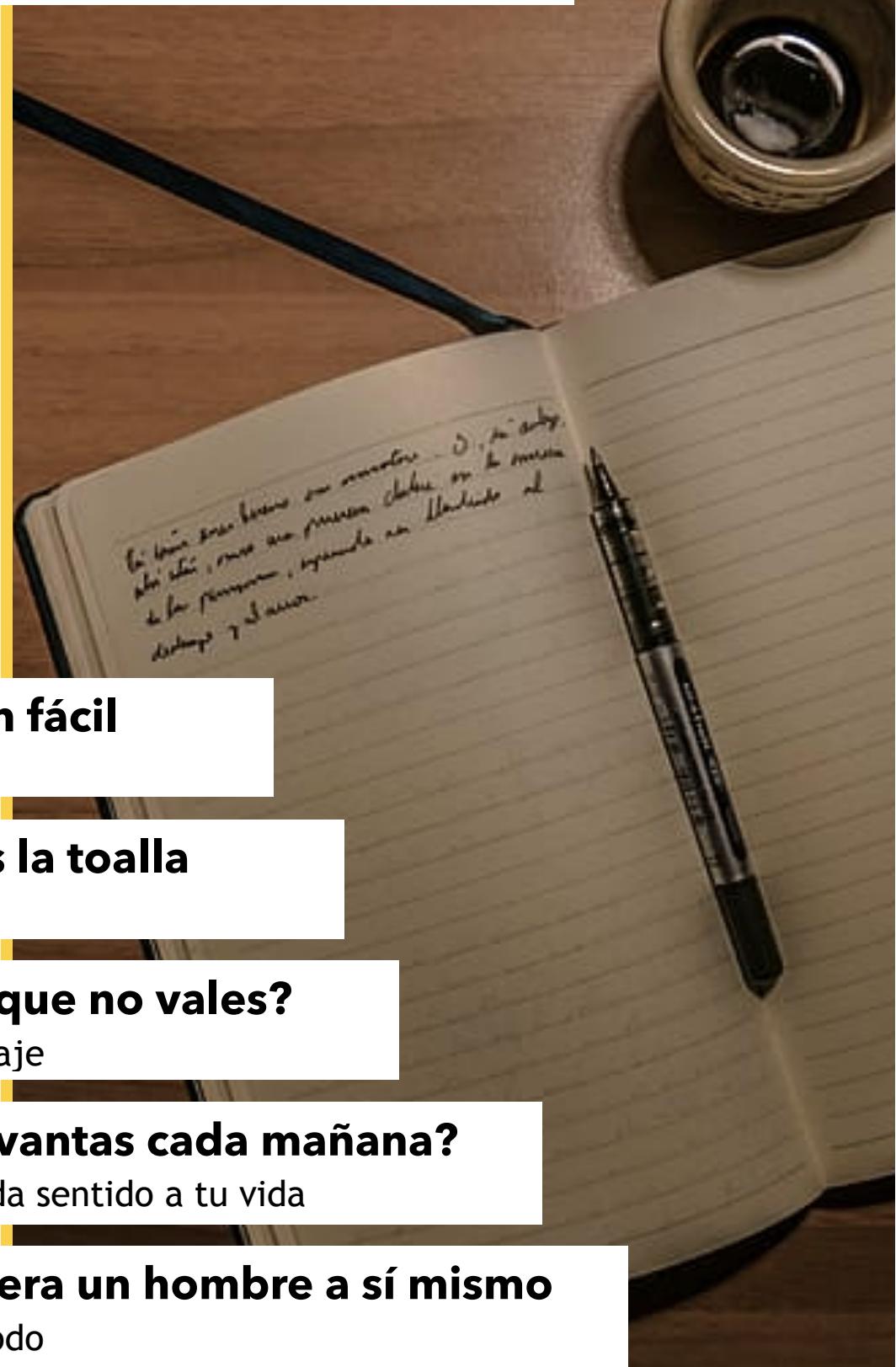


Coaching Personal Express

5 programas enfocados

En 10 sesiones
(presenciales o remotas)



Ser feliz es bien fácil

cuando sabes cómo

Espera, no tires la toalla

mejor reinvénitate

¿Quién te dijo que no vales?

Detén tu auto sabotaje

¿Para qué te levantas cada mañana?

el propósito que le da sentido a tu vida

Cómo se recupera un hombre a sí mismo

Antes de perderlo todo

(55) 2738.9715

eduardo@turati.com.mx



5 Programas Enfocados

Son programas desarrollados para acompañar a las personas que estén viviendo situaciones muy específicas y en las que sientan que requieren de un **empujoncito** para salir adelante.

Para ello utilizo las herramientas de **coaching** neuro semántico, sistémico y transformacional que sean requeridas, así como también realizamos dinámicas y ejercicios de PNL, inteligencia emocional y mindfulness, con el objetivo de crear conciencia de los cambios, no sólo a nivel superficial, sino a niveles de creencias, identidad y valores.

Los programas son:

Ser Feliz es Bien Fácil

Descubre tu propio concepto de felicidad y aplícalo en lo cotidiano.

Espera, no tires la toalla

Harto del trabajo, los clientes o de tu pareja, no tires la toalla, mejor reinvénstate.

¿Y quién te dijo que no vales?

Tu valor personal va más allá de lo que los demás opinen de ti, deja de auto sabotearte.

¿Para qué te levantas cada mañana?

Encuentra un propósito que le dé sentido a tu vida y por el que te quieras levantar de la cama.

Cómo se recupera un hombre a sí mismo

Cuando los hombres nos perdemos, no siempre sabemos cómo recuperarnos, y podemos llegar a perderlo todo.

Programa compuesto por 6 sesiones de 60 minutos cada una a ser impartidas ya sea de manera presencial o remota a través de la plataforma Zoom