

10 sorprendentes BENEFICIOS de tener un COACH de Vida



MIGUEL ALFARO



10 SORPRENDENTES BENEFICIOS DE TENER UN COACH de Vida

Algunas personas no están muy seguras de qué es Life Coaching y cómo puede tener un tremendo impacto en todas las áreas de su vida. Así como un atleta confía en su coach de atletismo para la dirección, instrucción y entrenamiento, un coach puede ayudarte a alcanzar los resultados que deseas lograr en todos los aspectos de tu vida.

Mirando hacia atrás y mis experiencias pasadas. Entendí, que siempre he sido coach de vida, pero no fue hasta hace unos años que me convertí en un coach de vida formalmente. Recuerdo que la gente se acercaba a mí para recibir asesoramiento, motivación y una perspectiva alternativa de vida.

Mi capacidad para pensar con claridad y analizar diferentes criterios con el mayor respeto era por qué la gente se sentía segura viniendo a mí como su consejero. También he tenido amigos y mentores que me han ayudado a crecer personal y profesionalmente, recordándome las posibilidades que tenía como futuro y vida. Por esta razón, tengo el gusto de dedicar mi vida a devolver este gran favor.

Te muestro a continuación 10 formas sorprendentes en que tu vida personal y profesional puede beneficiarse de tener un Life Coach.

1. Tener claridad sobre lo que deseas

A veces, las preguntas más importantes que puedes hacerte son: ¿Quién soy? ¿Cuál es mi propósito? ¿Dónde puedo encontrar satisfacción? Pero, ¿Qué pasa si no estás completamente seguro de las respuestas a estas preguntas? Tener un coach de vida puede ayudarte a darte claridad a tu vida y ayudarte a responder estas preguntas desafiantes.

Ya sea que estés pasando por un cambio de carrera o de vida, el cambiar y sentirse inseguro es normal pero un coach de vida puede ayudarte a aportar claridad a tus decisiones. Mi pasión es alinearte con tu verdad, apoyándote en lo que deseas para que puedas actuar desde un propósito y dirección. Amando tu carrera, vida y relaciones.

El papel de un coach de vida es simple, hacemos preguntas desafiantes que invitan a la reflexión, que te ayudan a descubrir las decisiones que tomarás en tu vida, ya sea en unas pocas semanas, meses o años. Ayudó a descubrir bloqueos mentales que inconscientemente has colocado dándote herramientas para superarlos. Permittedote así ganar claridad sobre lo que quieres y cómo puedes lograrlo. Dejando claro, en quién quieres convertirte, cual es tu pasión y propósito encontrando lo más importante para ti.





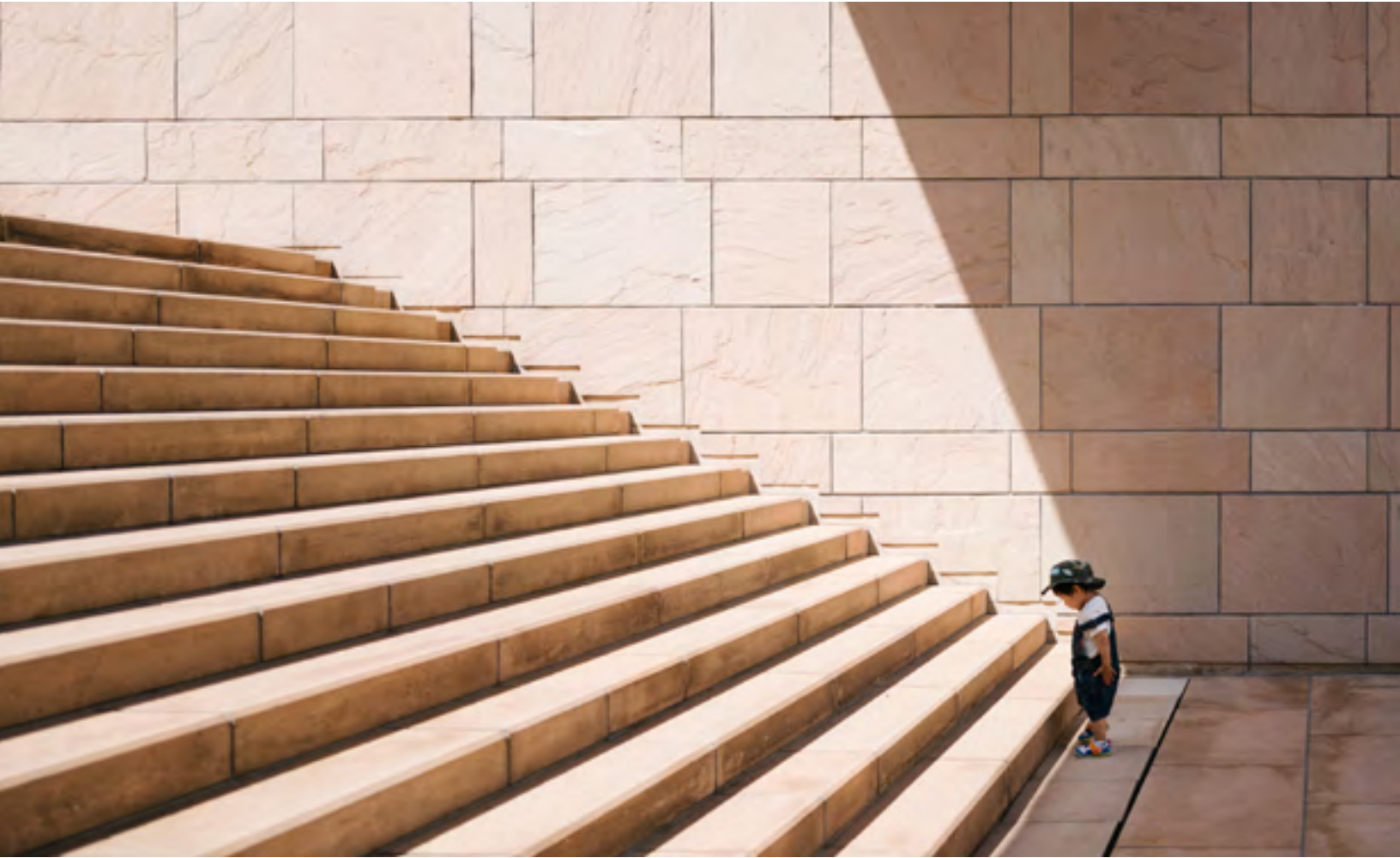
2. Mejorando la confianza

Seamos realistas, la confianza es importante para el éxito. Es un estado que debe encontrarse para estar bien consigo mismo. Mejorar la confianza y desarrollar una autoimagen empoderada son esenciales para el éxito en el lugar de trabajo, la salud física y nuestras relaciones íntimas. El coach puede ayudar a mejorar tus niveles de confianza y no estarás solo para enfrentar los desafíos que puedan presentarse.

Un coach te ayuda a reconocer tu valor, elevar tus estándares y mirarte como alguien que merece lo mejor en su vida. Esto te llevará a la cima y te impulsará hacia tus mayores objetivos.

Si bien el camino hacia el éxito siempre está lleno de desafíos y obstáculos, la mentalidad correcta te permitirá avanzar no importa lo que se interponga en tu camino. La carrera, el nivel de condición física o la relación que siempre has querido está más cercana de lo que tu puedas pensar. Aprender a dominarte abrirá muchas posibilidades que nunca pensaste que fueran posibles.

Un coach te ayudará en tu búsqueda para darte cuenta de lo que tu puede ser capaz, descubrirás que tu visión es posible y está al alcance y no hay muchas experiencias que se comparan con la alegría de vivir tu sueño y dar lo mejor ti.



3. Implementación

El proceso de coaching es uno de los más colaborativos. Una forma efectiva de utilizar el coaching es implementar ideas y técnicas que descubres en nuestra sesión de coaching y aplicas a tu vida real. Esto ayuda a cerrar la brecha entre la teoría y la práctica. Te ayudo a identificar áreas en tu vida que necesitas mejorar y trabajamos juntos para crear nuevas formas de acercarte a este escenario. Al poner en práctica ideas que ponen a prueba tus posibilidades y así adquirir el resultado deseado.

4. Superando obstáculos, miedos e inseguridades te pondrá por delante de todo

La mayoría de las personas huyen de sus miedos, aprenderás a reconocerlos y les permitirás guiarte hacia el logro. Mi trabajo es empoderarte para superar cualquier obstáculo que intente evitar que alcances tu máximo potencial. Empezando y permaneciendo en el camino correcto, seguir algunos consejos hará la diferencia y no es tan difícil como piensas. Superar el miedo y la incertidumbre te pondrá en movimiento, pero también necesitarás desbloquear tus factores motivadores más profundos. Esto si deseas alcanzar el resultado deseado. Los sentimientos de logro y realización valen la pena y sabrás que invertir en tu futuro fue la decisión correcta para llegar a la cima.



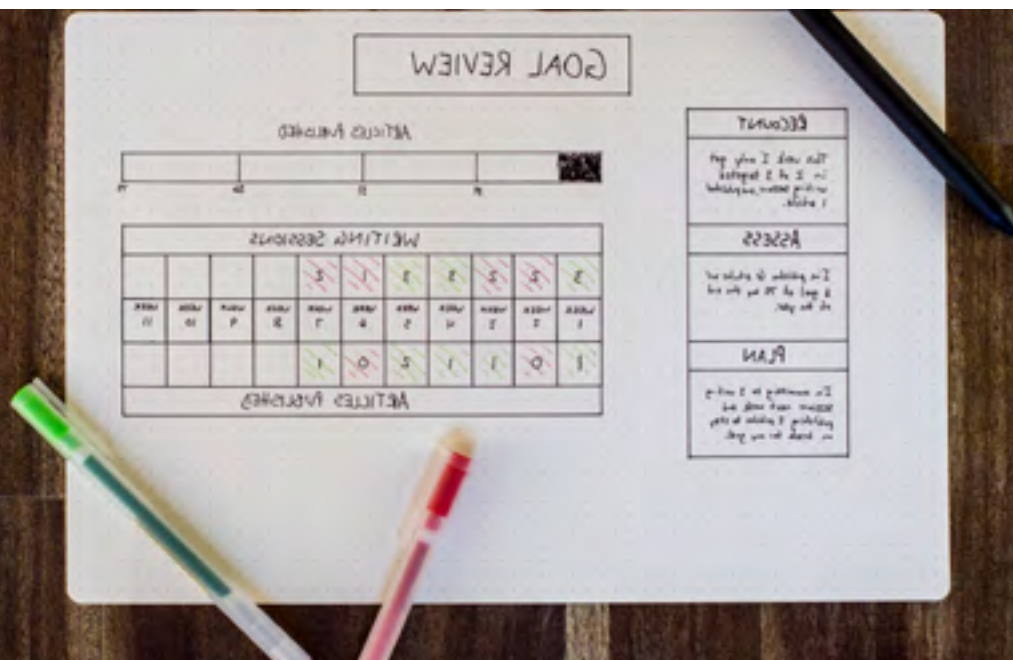
5. Reconocimiento de las posibilidades

La mayoría de la gente ve la vida como algo fijo, permanente, sin elección o sin control. Con un coach, puedes recibir una perspectiva totalmente distinta y darte cuenta de que tienes muchas opciones independientemente de la circunstancia. Tenerme como tu coach puede beneficiarte, ya que parte de mi trabajo es ayudarte a descubrir el significado de tu vida y tu carrera. Utilizo métodos reflexivos que profundizan tu propósito en la vida y que desición tomar para lograr tus objetivos.

6. Crear un plan para llegar a tus objetivos más rápido

La mayoría de las personas no tienen un plan de vida o meta; viven su vida sin intenciones, visión o misiones claras. Todo esto cambia con un coach, un coach te ayudará a identificar formas estratégicas para que tu puedas para lograr tus objetivos. Ya sea obtener un nuevo aumento en su carrera actual o mejorar la productividad de los empleados en el trabajo, un coach puede ayudarte a visualizar una hoja de ruta sobre cómo llegar allí. Planear el primer paso y luego los pasos posteriores, después de eso crear diferentes posibilidades para poder abordar cualquier problema posible que puedas enfrentar al tratar de lograr tus metas personales o profesionales.





7. Alguien que te haga responsable

Ser capaz de registrar tu proceso semanalmente con un coach de vida es como tener un mejor amigo cuyo único propósito es ayudarte a tener éxito y alcanzar cualquier objetivo que hayas establecido. A veces es difícil encontrar personas en nuestra vida que honestamente puedan hacernos responsables, mientras nos animan y motivan durante todo el proceso.

Un coach proporciona una perspectiva imparcial y una clara comprensión de dónde deseas llevar tu vida. Como seres humanos, somos susceptibles de tomar malas decisiones o incluso no ser estricto con nosotros mismos cuando se trata de lograr un determinado objetivo. Al tener un coach de vida, tienes la garantía de mantenerte encaminado hasta alcanzar tus metas. El coach de vida ayuda a realizar un seguimiento constante y te ayudará a mantenerte orientado hacia el éxito.

8. Aumento de la autoestima

Sufrir de baja confianza y autoestima puede ser agotador, pero esto puede cambiar con la ayuda de una coach de vida. El Coach de vida tiene las herramientas y técnicas para ayudarte a desarrollar la confianza en tí mismo. Al buscar la ayuda de un coach puede elevar tu autoimagen y crear una perspectiva positiva de la vida comenzando desde adentro. También puede ayudarte a desafiar tus creencias sobre ti mismo, aumentando tu autoestima y construyendo una autoimagen fuerte y positiva.

Cuando comienzas sesiones de entrenamiento, lo primero que debes hacer es entender tu nivel actual de autoestima, entonces tienes una base sobre la cual construir. Aumentará gradualmente tu autoestima y confianza en el tiempo hasta que estos rasgos se arraiguen profundamente sobre tu personalidad.

Si realmente crees en ti mismo, también lo harán los demás. La confianza y la autoestima harán que la vida sea más agradable y emocionante.

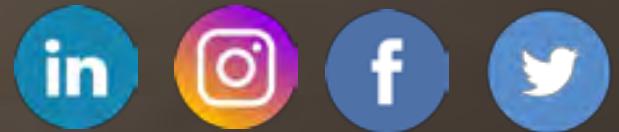


9. Estrategias para mejorar la gestión empresarial

Tener un coach puede mejorar la gestión de tu negocio. El coaching en un entorno empresarial es un método eficaz. En el que un individuo más experimentado o calificado proporciona asesoramiento y orientación destinada a ayudar a desarrollar las habilidades, el desempeño y la carrera del individuo. Por ejemplo, tal vez usted es supervisor y es responsable de la productividad laboral de otros empleados. Un coach te ayudará a identificar nuevas formas de abordar situaciones desafiantes para maximizar la productividad de los empleados. Juntos practicamos la escucha activa y formas de mejorar tus habilidades de gestión empresarial y de manejo a otros.

10. Tener un coach puede mejorar tu perspectiva sobre el trabajo y la vida

Por último, tener un coach de vida puede ayudarte a definir una visión de vida y ayudarte a buscar formas nuevas y creativas de mejorar tu vida en general, ya sea para ayudarte a identificar un nuevo campo profesional o guiar a alguien a obtener éxito en sus negocios. Simplemente busca un coach de vida capacitado y todas tus áreas de vida mejoraran. Trabajar hacia un objetivo puede abrir un millon de puertas superando obstáculos y alcanzando el éxito en todas las áreas de tu vida.



MIGUEL ALFARO


Especialista en Marketing Digital, Licenciado en filosofía y Coach Ejecutivo Certificado por la Federación Internacional de Coaching (ICF).

Como CEO de Marketing Digital en MGA Nexus Marketing, me centro en la estrategia, ejecución, análisis y optimización continua de programas exitosos de marketing en línea. Entre los servicios ofrecidos están desarrollar y mantener sitios web de tráfico. Ofrezco a mis clientes los servicios de SEO, estrategia digital y diseño web para garantizar el crecimiento de sus negocios o servicios.

Como coach ejecutivo y personal, acompaño a los clientes en un proceso creativo y estimulante que los inspire a maximizar su crecimiento personal y profesional. Ayude a los clientes con su autoconciencia, identifique las fortalezas y debilidades y aplique habilidades para convertirse en un verdadero líder dentro de su propio campo.

¡Estoy para ayudarte! Para servicios de marketing Digital o Coaching Ejecutivo puedes comunicarte directamente conmigo a info@miguelalfaro.com.

Miguel Alfaro



DREAM BIG

SET GOALS

TAKE ACTION