



TRAINING



ctres

COACHING & FORMACIÓN PARA EL ÉXITO

shift



Somos una empresa formada por coaches expertos en acompañar a las personas en el logro de su plenitud. Los apoyamos a través de procesos de auto aprendizaje, a que se conviertan en su mejor versión.

En los últimos años hemos apoyado a nuestros clientes a transformar sus vidas y sus negocios, ayudándoles a obtener mejores resultados y a vivir en plenitud sus relaciones interpersonales.



**ctres**

COACHING & FORMACIÓN PARA EL ÉXITO

## COACHING

El coaching es un proceso de acompañamiento profesional que ayuda a las personas y a las organizaciones a potenciar su desarrollo. Esto se hace a través de sesiones conversacionales entre el coach y el cliente, donde este último se plantea una meta y desde el generar conciencia sobre lo que tiene para lograrlo y lo que le falta desarrollar, logra su objetivo en un tiempo determinado.

Como resultado es el mismo cliente quien desarrolla un aprendizaje sobre su potencial creativo, genera planes de seguimiento, establece acciones y a la vez es capaz de evaluarse y por lo tanto, de auto gestionar lo que quiere que ocurra en su vida.



**ctres**

COACHING & FORMACIÓN PARA EL ÉXITO



# COACHING

Ofrecemos el servicio de sesiones de coaching para el crecimiento de nuestros clientes. Contamos con un equipo de coaches certificados en formación humanista de estilo europeo. Nos distingue la convicción de que la esencia del coaching no está en enseñar, sino en permitir que el cliente aprenda.

Asimismo, al hablar de coaching humanista, nos referimos a la no directividad de nuestros procesos. Esto implica permitir al cliente tomar protagonismo de su aprendizaje para elegir objetivos, analizar, reflexionar, diseñar, y asumir responsabilidad frente a sus decisiones, mientras el coach escucha, observa, espeja y pregunta sin transferir (conscientemente) experiencias ni conocimientos.

El coach no aconseja ni sugiere al cliente opciones ni respuestas, con lo que le permite despertar su potencial creativo e innovador.



ctres

COACHING & FORMACIÓN PARA EL ÉXITO



### **Alcances del coaching en la efectividad personal:**

- Expandir la capacidad de aprendizaje
- Ejercitar la habilidad para disfrutar el aquí y el ahora
- Desarrollar las fortalezas individuales, talentos y conocimientos
- Desarticular creencias limitantes
- Crear estados de ánimo apropiados
- Mejorar la calidad de vida

### **Alcances del coaching en la efectividad profesional:**

- Desarrollar la asertividad organizacional
- Conocer las limitaciones y aprender a superarlas
- Asumir la responsabilidad y el compromiso con lo declarado en el trabajo
- Motivar la creatividad para generar mejores oportunidades de acción
- Apoyar a los colaboradores en la mejora de su rendimiento
- Desarrollar una mirada apreciativa para la resolución de problemas
- Ejercitar el liderazgo y desarrollo de equipos de trabajo
- Orientación al alcance de metas y objetivos



**ctres**

COACHING & FORMACIÓN PARA EL ÉXITO

## FORMACIÓN

Estamos convencidos de que la parte medular de una empresa, es el capital humano. Es por ello que nos especializamos en el desarrollo del talento de los colaboradores.

Como objetivo principal en nuestros cursos, pretendemos incrementar y adecuar el conocimiento y habilidades de los actuales y futuros colaboradores de nuestros clientes. Ello en diferentes temas como inteligencia emocional, liderazgo, integración, comunicación, servicio al cliente, y cualquier área que impacte el desarrollo personal. Una de nuestras mayores ofertas, es que trabajamos "sobre medida". Nos complace dar a nuestros clientes servicios especializados y particularmente hechos para ellos.

## Nuestros temas más solicitados:

- Liderazgo
- Comunicación asertiva
- Gestión emocional
- Trabajo en equipo
- Pensamiento Sistémico
- Servicio al cliente con enfoque en la persona
- Accountability
- Negociación efectiva y manejo de conflictos
- Normatividades en salud y bienestar en el trabajo.



# Talentos

PRO-  
ACTIVO

Atención  
Empática  
Calidad

Pers  
rancia

Presentable  
😊

Amable

Disposición

Responsabilidad

2

# Valores

Generosidad

Paciencia

Responsabilidad

Resiliencia

## TEAMBUILDINGS

Una de las herramientas con mayor impacto, y que se ha utilizado en los ambientes tanto pedagógicos como en la capacitación, es sin duda la utilización de Dinámicas y Juegos Vivenciales, también conocido como TeamBuilding.

Esta técnica o modalidad tiene como objetivo principal el de “vivenciar” o “experimentar” ya sea dentro o fuera de un salón, ¡O en Línea! la vida diaria a través del juego o la misma simulación la idea de darnos cuenta de lo sucedido viendo la realidad desde “afuera” o bien simplemente ir desde la distracción, integración hasta la reflexión misma. En este proceso los colaboradores identifican sus fortalezas y áreas de oportunidad, al mismo tiempo que se divierten y descubren conductas, acciones y estrategias concretas que garantizan el éxito de los equipos de trabajo.



# MI COMPROMISO ES:

Llegar  
Temprano

Enseñanza

Apertura  
y  
Paciencia

Ser  
Paciente  
😊

Escuchar  
MAS  
Al  
Personal

SER  
PUNTUAL

ESCUCHAR  
MAS  
A MIS  
COMPAÑERAS

Cumplir  
con los  
acuerdos

Tener  
más  
conocimiento

Disponibilidad



La disciplina es la capacidad de ser capaces para ser capaces de obedecer y comprender con su vida. La disciplina es el hábito que lleva a alcanzar el éxito. La disciplina, cuando se trata de disciplina, garantiza la realización de los sueños, el éxito y la felicidad. Quienes son disciplinados tienen mejores resultados en todo que los que no lo son.  
Disciplina.  
ANTIVALORES  
Indisciplina, Desorden, Desorganización.



## TEAMBUILDINGS

El programa se concentra en un tiempo y lugar determinados -dependiendo del objetivo que persiga la organización- en una perfecta combinación de dinámicas vivenciales, integración y sesiones de reflexión.

Una vez que el equipo ha tenido la oportunidad de afinar al máximo sus habilidades, es momento de llegar a la cima y vivir una experiencia inolvidable para derribar barreras y miedos.

Principales alcances:

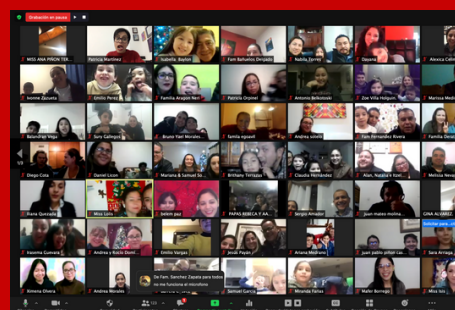
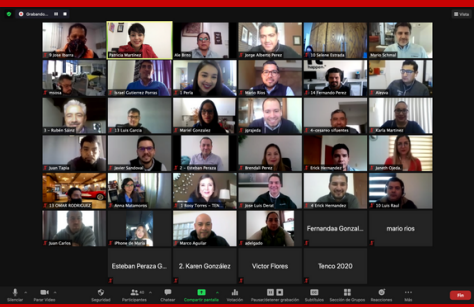
- Motivación del personal.
- Mejorar la comunicación interpersonal.
- Fomentar la empatía, escucha activa y la asertividad.
- Gestionar adecuadamente conflictos internos.
- Estimular el trabajo en Equipo
- Descubrir el liderazgo de los colaboradores e impulsarlo.





## CHARLAS & CONFERENCIAS

Cada organización requiere una aproximación distinta de acuerdo a lo que busque desarrollar en sus colaboradores.



Una conferencia mezcla varios efectos a corto plazo: Motivación, empoderamiento y sentido de pertenencia.



## Algunos de nuestros clientes:

**nexteer**  
AUTOMOTIVE

*a leader in intuitive motion control*

**ECOGAS**<sup>®</sup>  
El gas natural

 **SEMPRA**<sup>™</sup>

 **GCC**

GRUPO  
**La Nogalera**

 **index**  
Chihuahua

software **one**



**FECHAC**



**COPACHISA**

Calidad que construye prestigio;  
Experiencia que da resultados.

 **EMITCSA**  
CONSTRUCTORA EN ESTRUCTURAS DE ACERO

 **CENPRO**  
Centro para la Profesionalización  
de la Sociedad Civil A.C.

 **IEnova**  
INFRAESTRUCTURA ENERGÉTICA  
Una empresa de Sempra

 **SAFRAN**

 **SUPERIOR  
INDUSTRIES**

 **SMTc**  
MANUFACTURING INNOVATORS



ctres

COACHING & FORMACIÓN PARA EL ÉXITO

¡Contáctanos!



@ctrescoaching  
m.aguilar@c3empresarial.com

614 131 9788