



*Descubre el  
universo que  
habita en tí*

SESIONES DE

# Coaching de vida

COACH  
RAFA MIER  
TRASCENDENCIA PERSONAL

## ¿Para qué sirve el coaching de vida?

Es un acompañamiento y apoyo para que puedas trabajar en tus procesos personales y puedas salir adelante ante situaciones difíciles o dolorosas.

## Cómo funciona

A través del diálogo y un trabajo de introspección conectarás con tus emociones y podrás ponerlas en palabras, lo cual liberará su carga, dándote la oportunidad de entenderlas, manejarlas y darles solución.

## ¿Para quién es el coaching de vida?

- Si estás pasando por un momento difícil, de tristeza, depresión, angustia o soledad.
- Si hay algo que crees que no marcha bien contigo o con tu vida y lo quieres trabajar.
- Si te sientes insatisfecha, incompleta, infeliz o insegura.
- Si estás pasando por problemas familiares o de pareja.
- Si estás pasando por situaciones de violencia o de riesgo físico o emocional.
- Si asistes a terapia y quieres profundizar o trabajar los temas del tratamiento.



*Coach Rafa Mier*

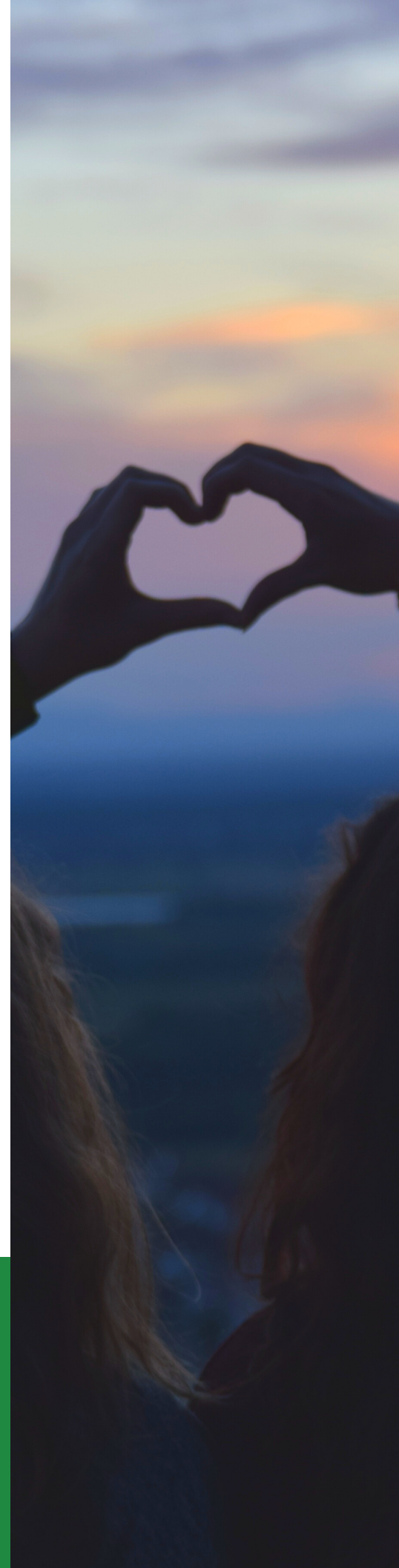
*[hola@coachrafamier.com](mailto:hola@coachrafamier.com)*

*81 1236 5483*

*[www.masamorpf.com](http://www.masamorpf.com)*

*Torre Latitud*

*Lázaro Cárdenas 2225, Valle Oriente, San Pedro*



## Beneficios

- Liberar el peso de cargar con una emoción destructiva.
- Conocerme mejor y manejar mejor tus emociones.
- Comunicar adecuadamente lo que sientes y piensas.
- Sanar los conflictos internos.
- Aprenderás a reflexionar sobre ti, profundizar y conectar contigo misma.
- A reconciliarte contigo, con tu pasado y tu vida.
- A visualizar un futuro prometedor y esperanzador.

## Sobre mí

Estoy certificado como coach ejecutivo y de vida por la International Coaching Community. También estoy certificado como facilitador de los 7 hábitos de la gente altamente efectiva por el Covey Institute en alianza con el Tec de Monterrey y soy facilitador autorizado de la Metodología Lego Serious Play.

Soy experto en el manejo de procesos humanos que involucran dolor, sufrimiento o pérdida. En los últimos 8 años he estado profundizado en el estudio de la meditación, la espiritualidad y el desarrollo humano, herramientas que combino con sus mis certificaciones, lo que me permite desarrollar procesos originales, integrales y con una amplia visión humanista, ayudando a las personas a desarrollar su potencial, mejorar sus condiciones de trabajo y tener una vida más plena y realizada.



*Coach Rafa Mier*

*hola@coachrafamier.com*

*81 1236 5483*

*www.masamorpf.com*

*Torre Latitud*

*Lázaro Cárdenas 2225, Valle Oriente, San Pedro*



## Sesiones

Lo ideal es una sesión por semana con una duración de 45 minutos.

## Duración del proceso de coaching

Cada persona tiene su propio tiempo para sanar. El proceso termina cuando hayas logrado tus objetivos y la vida que quieres tener.

## Tipo de sesión

Individual.

Si es coaching de pareja, los dos.

## Modalidad

En línea (se envía un link para conectarse a cada sesión)

## Precio

\$800 pesos por sesión



*Coach Rafa Mier*

*hola@coachrafamier.com*

*81 1236 5483*

*www.masamorpf.com*

*Torre Latitud*

*Lázaro Cárdenas 2225, Valle Oriente, San Pedro*





*En nuestro interior habita un universo, en donde se encuentra nuestra sabiduría.*

*Conectar con esa sabiduría es el encuentro más maravilloso que una persona puede experimentar.*

*El coaching de vida es un espacio para viajar a través de ese universo.*

*Iniciemos el viaje*



*Coach Rafa Mier  
hola@coachrafamier.com  
81 1236 5483  
www.masamorph.com  
Torre Latitud  
Lázaro Cárdenas 2225, Valle Oriente, San Pedro*