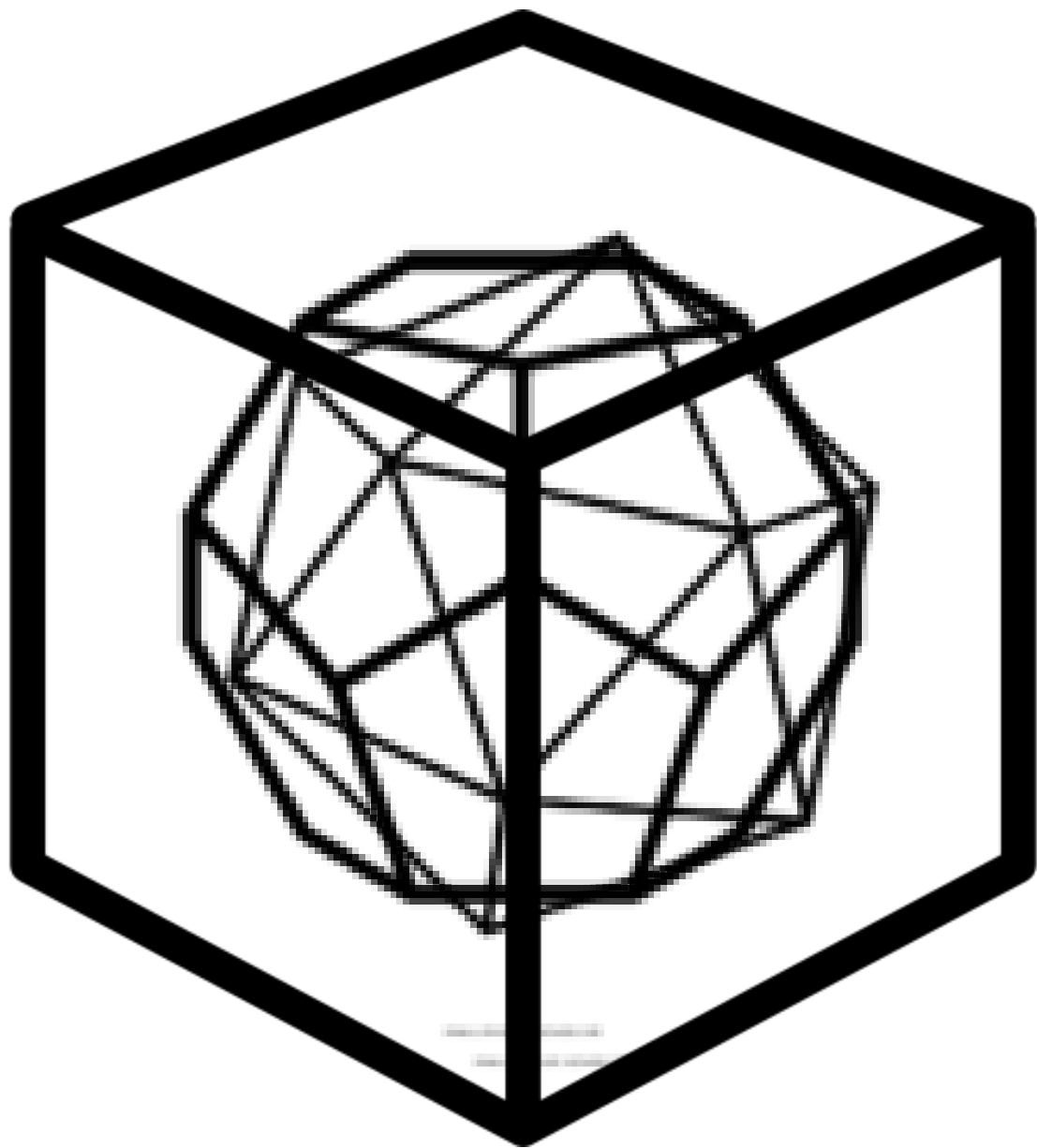




SESIONES INDIVIDUALES



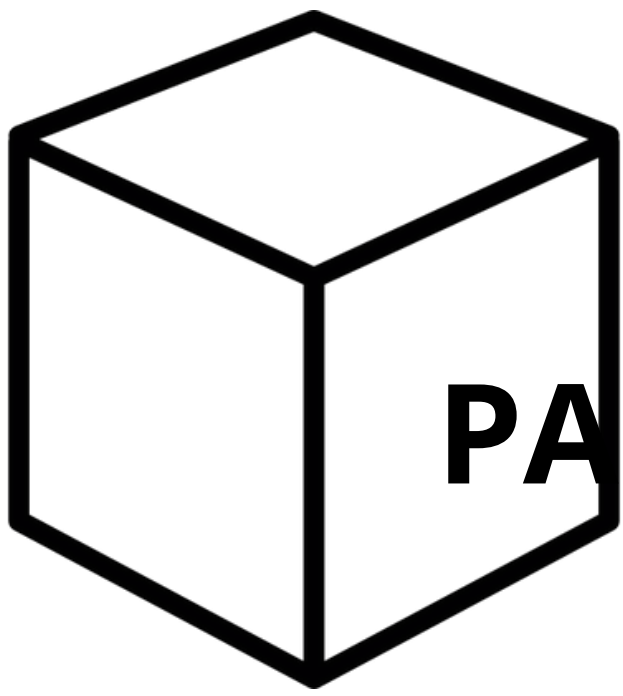
Sarasana



En las sesiones individuales tú marcas el ritmo, tú decides qué quieres trabajar cada día, tú te responsabilizas de tu proceso. Yo te acompaño, te guío, te doy herramientas, te ayudo a romper patrones o hábitos dañinos y reemplazarlos por otros nuevos hábitos saludables. Te ayudo a reprogramar tu mente y tu cuerpo para hacer un cambio real en tu vida, en tus relaciones.

En tres sesiones puedes llegar a tener varias tomas de consciencia, puedes ver cambios. Sin embargo, necesitamos un mínimo de 9 sesiones para poder ver resultados claros y firmes que puedan mantenerse en el tiempo. Necesitas un tiempo para poder integrar, reprogramar tu mente desde la raíz. De hecho, realmente puede tardar toda una vida, pues cada objetivo tiene múltiples capas y factores, distintos frentes desde los que se pueden afrontar.

La sanación puede durar toda la vida, pero mi objetivo como coach es que te hagas más autosuficiente, más resiliente, y puedas caminar sola llegado el momento. Te ayudo a desarrollarte como adulto en una sociedad enferma plagada de actitudes infantiles y distorsionadas.

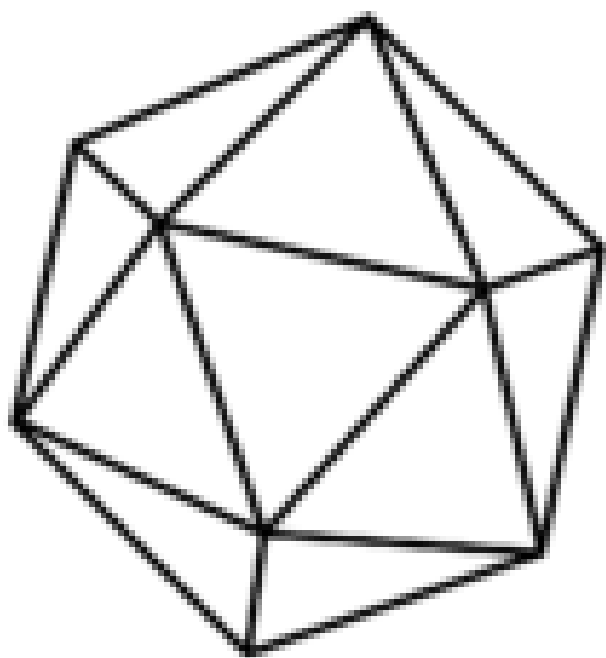


PAQUETE BRONCE

El paquete bronce es ideal para aquellas que quieran probar sin mojarse demasiado, por el motivo que sea, porque no me conoces, porque no sabes si te gustará o no, porque no sabes si estás realmente preparada ...

En esta primera etapa podré detectar tus puntos débiles y fuertes, la raíz de tu problema, podré hacer un diagnóstico aproximado y sabré con claridad qué herramientas pueden ayudarnos más a conseguir tu objetivo los meses posteriores si decides continuar. Muchas veces el objetivo va cambiando durante el proceso, siempre vas a descubrir cosas nuevas de ti que te servirán para mejorar tu calidad de vida.

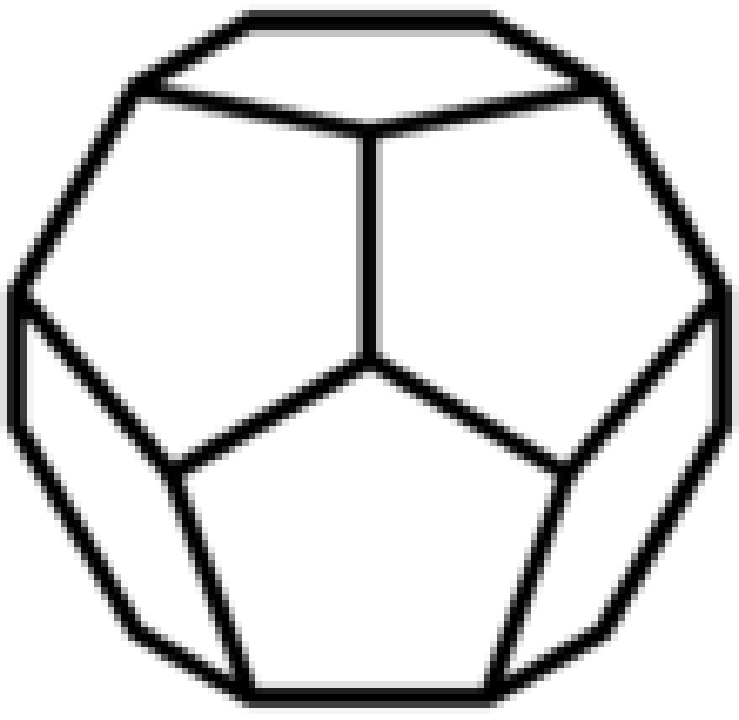




PAQUETE PLATA

El paquete plata, de 6 sesiones, te hará sentir más segura, más cómoda y más empoderada. Normalmente la gente se abre más por lo que nos brinda la oportunidad de ir un poco más profundo en la consecución del objetivo. Habiendo detectado ya los obstáculos que te impiden alcanzar tu plenitud, empezamos “tatuando” las nuevas creencias, emociones de alta vibración, tu ser empieza a encontrar mayor coherencia entre lo que piensa, siente y hace.





PAQUETE ORO

El paquete oro es cuando empiezas a integrar lo anterior, a ver la imagen global del proceso, el tatuaje se ve más claramente. Puedes discernir el camino de dónde vienes y adónde vas. Incuestionablemente, verás el progreso, porque además, haremos comparativas que te permitirán verlo con claridad. ¡Te sentirás orgullosa de ti misma!

¿La diferencia con el Programa FLORECE? En este programa soy un poco más directiva pues además de tener una metodología específica, lo hacemos en grupo, por lo que el seguimiento no puede ser individual, tú te responsabilizas más de tu propio trabajo. Aunque siempre estaré allí para lo que necesites, tienes que tener en cuenta que no es lo mismo que un paquete de sesiones individualizadas.



Reserva una llamada conmigo

RESERVA POR WHATSAPP

(+34) 610938803

O CORREO ELECTRÓNICO

sarasanacoachintegral@gmail.com

