



Agenda de Crecimiento y Excelencia Personal
Un apoyo ideal para Coaches y Coachees

My Daily Coach® es una herramienta practica de uso cotidiano que apoya a las personas, tanto en el ámbito personal como en el profesional, en la consecución de sus metas y objetivos.

My Daily Coach® está diseñada utilizando Principios Básicos de Coaching y esta estructurada sistemáticamente para favorecerla planeación del desarrollo, el seguimiento cotidiano, la constante reflexión y el desarrollo de la consciencia.

My Daily Coach® tiene formato abierto, de manera que puede comenzar a utilizarse en cualquier época del año.

My Daily Coach® está compuesta de 4 Secciones:

- Sección Plan y Seguimiento
- Sección Calendario
- Sección Agenda Diaria
- Sección Libreta de Direcciones

Especificaciones:

Cubierta: Piel negra con cierre.

Interior: Siete anillos metálicos.

Tamaño: 8" (ancho) X 10.5" (largo) X 1" (aros)

Contenido: 243 paginas impresas en multishade y color



Agenda de Crecimiento y Excelencia Personal
Un apoyo ideal para Coaches y Coachees

Sección Plan y Seguimiento

En esta Sección encontrará:

- Encuadre General
 - Definición de Valores Personales
 - Análisis de Áreas de Vida
- Plan de Desarrollo
 - Mapa de Metas
 - Especificación de Metas
 - Diseño de Objetivos
 - Estrategias y Acciones
 - Guía de Seguimiento Continuo
 - Evaluación y Seguimiento Mensual

Encuadre General		VALORES	
<p>Para lograr el crecimiento es necesario realizar un Encuadre General, este permitirá identificar: (1) Valores Personales, (2) Áreas de Vida en las que se desea mejorar, (3) Metas, (4) Objetivos y (5) Estrategias Específicas que permitan lograr lo que se desea.</p> <p>I. VALORES Definición</p> <p>Los valores son principios que permitan orientar el comportamiento en función de la realización personal. Son creencias fundamentales que ayudan a preferir, apreciar o elegir unas cosas en lugar de otras. Los valores se refieren a necesidades humanas y representan ideales, sueños, metas y aspiraciones.</p> <p>Los valores reflejan intereses, sentimientos y convicciones más importantes para las personas o grupos.</p> <p>De acuerdo con la Ética, como parte de la Filosofía, el valor supremo es "El Bien, Lo Bueno", razón por la que los valores deberán tender siempre a la BONDAD.</p>		<p>Universales</p> <p>LIBERTAD: Es obrar con libre albedrío: hacer lo que uno desea, sin dañar a nadie.</p> <p>JUSTICIA: Es dar a cada quien, según su obra, lo que le corresponde.</p> <p>RESPETO: Es una consideración especial hacia las personas en razón de reconocer su valor personal.</p> <p>FE: Certeza de lo que se espera, convicción de lo que no se ve, sentimiento de confianza.</p> <p>AMOR: Manifestación de los hombres hacia el bien y la belleza absoluta, principio de unión y aceptación.</p> <p>VERDAD: Es la conformidad o acuerdo entre lo que se dice, se siente, se piensa y se hace. Congruencia o apego a la realidad.</p> <p>BELLEZA: Armonía y perfección que inspira admiración y gozo.</p> <p>PODER: Facultad de dominio y determinación para ejecutar.</p> <p>RIQUEZA: Abundancia de valor.</p>	
		Valores Universales y Valores Asociados	
		LIBERTAD	Responsabilidad, Honor, Compromiso
		JUSTICIA	Solidaridad, Paz, Justicia
		RESPETO	Tolerancia, Paciencia, Empatía, Aceptación
		FE	Confianza, Transcendencia, Espiritualidad
		AMOR	Amitad, Fraternidad, Lealtad, Cooperación, Empatía, Familia
VERDAD	Honestad, Honestidad, Sinceridad, Aprendizaje		
BELLEZA	Armonía, Orden, Disciplina, Salud		
PODER	Valentía, Dignidad, Autoridad, Prestigio, Status		
RIQUEZA	Dinero, Patrimonio, Abundancia, Estabilidad, Seguridad		
Para Identificar los Valores que Guían el Comportamiento			
Reflexiona un momento y responde las siguientes preguntas:			
1. ¿Qué es lo que realmente te importa?			
2. ¿Qué es lo relevante o importante para ti en la vida?			
3. ¿Qué es lo que realmente consideras valioso?			
			
			
© agenda de crecimiento y excelencia personal, idea consultants, 2011			

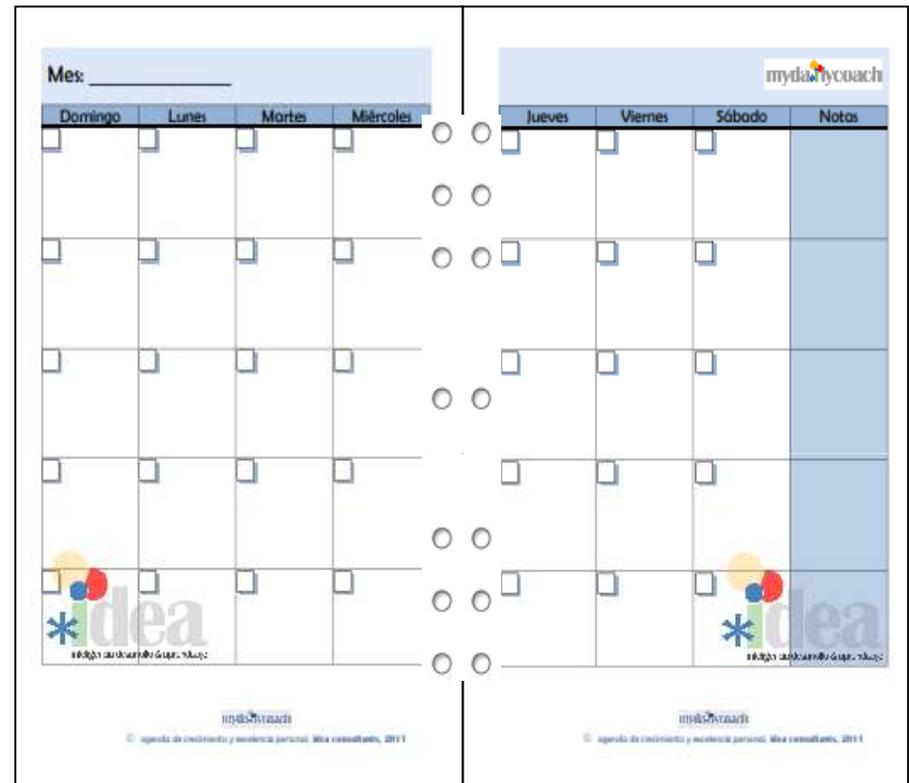


Agenda de Crecimiento y Excelencia Personal
Un apoyo ideal para Coaches y Coachees

Sección Calendario

En esta Sección encontrará:

- Visión de un mes completo (abierto)
Dos hojas en color en formato horizontal para cada mes (12 meses)





Agenda de Crecimiento y Excelencia Personal
Un apoyo ideal para Coaches y Coachees

Sección Libreta de Direcciones

- En esta Sección encontrará:
- 31 hojas en color, con formato abierto.

Libreta de Direcciones		
A - B		
Nombre:		
Ciudad:	Estado:	País:
Oficina	Celular	Casa
Correo Electrónica:		
Nombre:		
Ciudad:	Estado:	País:
Oficina	Celular	Casa
Correo Electrónica:		
Nombre:		
Ciudad:	Estado:	País:
Oficina	Celular	Casa
Correo Electrónica:		
Nombre:		
Ciudad:	Estado:	País:
Oficina	Celular	Casa
Correo Electrónica:		
Nombre:		
Ciudad:	Estado:	País:
Oficina	Celular	Casa
Correo Electrónica:		

mydailycoach
© agenda de crecimiento y excelencia personal, idea consultants, 2011