



COACHING VITAL

A través de sus
beneficios de AllOne Health

*Fije metas. Encuentre claridad.
Avance con **confianza**.*

Tanto si está listo para el cambio, buscando motivación o desea fortalecer su enfoque, el coaching vital le ayuda a aprovechar su potencial. A través de sus beneficios de AllOne Health, puede trabajar individualmente con un asesor profesional que le ayude a definir objetivos, eliminar obstáculos y crear un camino claro hacia adelante. Estas sesiones son confidenciales, gratuitas y incluidas en su Programa de Asistencia al empleado.

Qué es

Coaching orientado a objetivos diseñado para ayudarlo a crecer personal y profesionalmente a través de planes de acción y responsabilidad claros.

Cómo funciona

- Reúname virtualmente con un asesor de vida certificado
- Las sesiones son estructuradas, positivas y centradas en el progreso
- Su asesor le ayuda a obtener claridad, desarrollar hábitos y mantenerse motivado

Con qué puede ayudar

- Transiciones vitales
- Objetivos profesionales
- Comunicación
- Relaciones
- Productividad
- Administración del tiempo
- Reducción del estrés
- Motivación
- Vivir con propósito

Por qué es útil

- Le ayuda a superar las barreras
- Desarrolla confianza, concentración e impulso
- Proporciona apoyo y orientación objetiva
- Fomenta un progreso constante hacia objetivos significativos

Cómo empezar



Solicite coaching vital en la
app AllOne Health



Envíe la solicitud a través del
portal de miembros



O **llame a AllOne Health 24/7** y
nuestro equipo le ayudará a
conectarse

