**Carlos Durana, Ph.D., M.Ac.**

4915 St. Elmo Ave.,

Suite 504 – Room 7c

Bethesda, MD 20814

(301) 654-0100

.

2265 Cedar Cove Court

Reston, VA 20191

703-716-0906

703-620-0420 (FAX)

**CONTRATO DE ENTRENADOR PERSONAL DE VIDAY BIENESTAR**

Este acuerdo esta hecho entre Carlos Durana (“COACH”) Y \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (“CLIENTE”). Por favor leer detenidamente e indique su acuerdo firmando al final de la pagina. Hágamesaber si tiene alguna pregunta o reocupación.

Directrices y compromiso para las sesiones de Entrenador de Vida y Bienestar (Coaching)

El Coach tieneexpectativas positivas para una relación coachingque ayuda al Cliente a crear la vida que desea vivir. La oportunidad deéxito del Cliente aumenta considerablemente gracias a la relación entre el Cliente y el Coach y el compromiso asumido por ambos.El Coaching es una estructura que facilita el proceso de desarrollo profesional y personal. Puede abordar el balance y calidad de vidaque buscamos, la saludy bienestarpersonal, proyectos personales o satisfacción en el trabajo desempeñado. El Clientey el Coach coinciden y están de acuerdo en que la relación de Coachingserá designada en conjunto.El Coaching es para personas que se encuentran en un estado psicológico saludabley que quieren hacer cambios en su vida para empoderarse. El Coaching no es terapia niorientación individual.El Cliente y el Coach reconocenque el Cliente deseaobtener progreso y cambio en su vida. El Coaching es un proceso. Muchas personascreanel cambio para si mismos en un corto plazo. Sin embargo, para refinar y mantener esecambio se necesita un trabajo de varios meses. El progreso y cambio son específicos para cada individuo. A pesar de no ser obligatorio, tanto el Cliente comoel Coachse comprometen a trabajar juntos por un periodo inicial de tres meses. Esto permite un tiempo necesario para desarrollar objetivos para así comoprogresar a través de los obstáculos hasta alcanzar el éxito. Si el Coaching no esta funcionando según los deseos del Cliente, este o estadebe informarle al Coach de inmediato para que los problemas puedan ser corregidos.

Directrices de la Sesiónde Coaching

Las sesiones de Coaching son conducidas en persona o por teléfono, a menos que sea acordado de manera diferente. Despuésdel periodo inicial de tres meses, las sesiones de Coaching son programadas a medida que sea necesario. Las sesiones deben comenzar y concluira tiempo. Si el Cliente esta retrasado para llegar a tiempo a lasesión, el tiempode dicha sesión no será extendido después del tiempo programado para esasesión. El costo de las sesiones se cancelara al momento de la cita. Para las sesiones telefónicas, el Cliente pagara por cargos telefónicos. Para re-agendar una sesión, por favor avisar con 24 horas de antelación, o lassesiónserá cobrada en su totalidad. El Coach deseamantener una relación de Coaching que sea honesta, directa, abierta, así comode confianza y credibilidad. La comunicación por teléfono o email puede significarun desafíoextra ya que no podemos ver expresiones faciales, lenguaje corporal, etc. Sin embargo, el Cliente y el Coach se comprometen a clarificar rápidamente si hay unmalentendidoy que estamos usando cualquiera de estos métodos de comunicación.Entre una sesión y otra, elCliente puedesentirse libre de llamar al Coacho de enviarle correo electrónico. Las llamadas hechas entre sesiones agendadas son permisibles. El Coach conducirá llamadas de cinco minutos o menos libres de cargo, pero el Cliente será facturado apropiadamentesi las llamadas se prolongan. No existe un compromiso másallá de mes a mes, pero se espera que el Cliente le notifique al Coach con una semana de anticipación si elCliente piensa que terminara las sesiones deCoaching.

Confidencialidad

La relación de Coaching se construye basada en la confianza. El Coach se compromete a mantener toda la información y conversaciones con el Cliente privadas y confidenciales. Ningunainformación personal expresadapor el cliente será compartida sin una autorización porescrita del Cliente o por una orden judicial. La Confidencialidad es mantenida bajo el contexto estricto de la ley siempre y cuando el Coach no tema por la seguridad personal del Cliente u otra persona relacionada.

Acuerdo del Coach

El Coach no puede garantizar resultados. Las intenciones, escogencias, valor y determinación del Cliente para tomar acciones sobre su vida son los que crearan los resultados deseados por el Cliente.El Coach colaborara con el Cliente para identificar y lograr las metas personales y profesionales del Cliente. De apareceralgún problema(s) para el Cliente que deba ser tratadopor un medico, terapeuta o profesional de la salud mental, el Coach recomendara que el Cliente aborde este problema contactando al profesional apropiado.El Coach brindara apoyo, comprensión, y fe en el Cliente y el compromiso del Cliente para su propio beneficio. Parte del trabajo del Coach es desafiar al Cliente, ofrecer diferente perspectivas, hacer sugerencias (incluyendo asignaciónde tareas) y reconocer los éxitosdel Cliente.

Acuerdo del Cliente

El Cliente se compromete y se mantiene motivado a tomar accionessobre sus metas personales y profesionales. El Cliente reconoce que solosu participación intencional lo conducirá al éxito. El Cliente reconoce que el proceso de cambio puede generar sentimientos incomodos y frustración.