

Índice

<i>Agradecimientos</i>	11
<i>Introducción</i>	13
<i>El sueño</i>	19
Primera Parte: ¿Qué es el coaching?	21
1. De la imaginación a la realidad	23
2. Coaching en la vida privada y en el trabajo	37
El sueño continúa	45
Segunda Parte: El arte del coaching	47
3. Objetivos y valores	49
4. La primera sesión	75
5. El arte del coaching	103
6. Las preguntas son la respuesta	109
7. Creencias: las reglas de tu vida	133
8. Transición	155
El sueño continúa	183
Tercera Parte: La práctica del coaching	185
9. Coaching en acción	187
10. Coaching contigo mismo	199
El sueño termina	209

Cuarta Parte: Recursos	211
Recursos generales de coaching	213
Recursos para el capítulo 2	223
Recursos para el capítulo 3	229
Recursos para el capítulo 4	235
Recursos para el capítulo 6	249
Recursos para el capítulo 7	251
Recursos para el capítulo 9	253
<i>Glosario</i>	255
<i>Bibliografía</i>	261
<i>Lambent do Brasil</i>	263
<i>Sobre los autores</i>	267