

A close-up photograph of two people shaking hands. The person on the left is wearing a brown sweater, and the person on the right is wearing a light-colored shirt. The background is a plain, light-colored wall. The text 'REMA coaching' is overlaid on the image.

REMA

coaching

Impulsamos el desarrollo de las personas y de los equipos en tu organización

¿Quiénes somos?

La misión y visión de REMA Coaching



Somos una consultora especializada en coaching y formación, dedicada a facilitar el crecimiento y desarrollo de personas y organizaciones.



Nuestra misión es mejorar la confianza y el rendimiento de los empleados, creando entornos laborales más saludables y productivos.



Creemos que el éxito de una empresa depende del bienestar de las personas y del desarrollo continuo de su talento.



A través de metodologías personalizadas, valorando la casuística de cada cliente acompañamos a líderes y equipos a potenciar sus habilidades.



Nuestros Servicios



Wellbeing Corporativo

Iniciativas que fomentan entornos saludables y de confianza en la organización.



Desarrollo de Equipos

Formación para líderes y coaching para construir equipos de alto rendimiento.



Team Building

Actividades para fortalecer la cohesión y colaboración del equipo.



Coaching one to one

Sesiones individuales para el desarrollo personal y profesional.



Wellbeing Corporativo

- Nuestro programa de wellbeing está diseñado para todos los empleados de la empresa.
- Ofrecemos una amplia variedad de programas de Coaching y liderazgo enfocados en el bienestar y el crecimiento profesional y personal.



Gestión emocional.



El arte de dar y recibir feedback.



Comunicación eficaz.



Gestión del estrés.



Técnicas de relajación y mindfulness.



Gestión del conflicto.

Desarrollo de equipos

1

Coaching a directivos

Acompañamos a los directivos en su desarrollo personal y profesional para que, liderando con el ejemplo, inspiren a sus equipos y potencien el talento de cada miembro, creando entornos de confianza y alto rendimiento.

2

Formación de líderes

Capacitamos a los líderes para que puedan visualizar el estado actual de su equipo y reflexionar sobre su propio estilo de liderazgo. Esto les permite ajustar su enfoque y desarrollar las competencias necesarias para mejorar la eficiencia y eficacia del equipo.

3

Coaching de equipos

Acompañamos a los equipos desde un enfoque sistémico en el descubrimiento de sus dinámicas, retos y fortalezas, facilitando un proceso de transformación que promueve la confianza, la comunicación y la alineación hacia un objetivo común.



Team Building

- Nuestras actividades permiten desconectar de la rutina y establecer vínculos entre colaboradores, combinando metodologías lúdicas y formativas que promueven tanto el disfrute como el crecimiento profesional y personal.
- A través de técnicas de coaching, psicología y dinámicas grupales, fomentamos un ambiente de confianza y seguridad para mejorar la colaboración en el día a día laboral.



Cohesión de equipos



Creatividad



Compromiso



Coaching individual

- Sesiones one-to-one que ofrecen un espacio de confianza donde el coachee puede identificar y tomar conciencia de sus dinámicas actuales. Esto le permite reconocer qué aspectos necesita cambiar para alcanzar sus metas y bienestar.
- Durante el proceso, el coachee explora sus emociones, creencias y resistencias, lo que le permite desarrollar áreas clave como la gestión emocional, el liderazgo y la comunicación.



Sesiones one to one



Desarrollo profesional y personal



Aplicable a cualquier persona de la organización

El papel clave del coaching en las empresas

Beneficios del coaching y desarrollo organizacional

Los empleados se sienten valorados y acompañados, lo que incrementa su satisfacción y compromiso.

Mejora el bienestar y la motivación de los empleados

Equipos cohesionados y alineados que superan retos con confianza y agilidad, mejorando su eficiencia y logrando objetivos comunes.

Aumenta la cohesión y el rendimiento de los equipos

Líderes capaces de inspirar y desarrollar el talento de sus colaboradores, impulsando su crecimiento y el de la organización de forma continua.

Desarrollo del talento y liderazgo efectivo



Nuestra historia

Una amistad de toda la vida transformada en una misión compartida

Desde siempre, hemos compartido una pasión por el desarrollo personal y el bienestar de las personas. Creemos que la calidad de las relaciones dentro de los equipos es fundamental para su éxito.

Este interés por entender y mejorar el ámbito relacional nos llevó a formarnos en Psicología, Coaching y a desarrollarnos en el mundo de la consultoría.

Con nuestro expertise y una visión clara, decidimos crear **REMA**, para fomentar organizaciones saludables donde el bienestar y desarrollo humano estén en el centro de todo.



Nuestro Equipo

María Molina

Graduada en Educación Primaria por la Universidad Internacional de Catalunya. Executive Coach por la Escuela Europea de Coaching y la ICF, con más de 700 horas de experiencia acompañando a más de 130 clientes dentro y fuera de organizaciones. Consultora en desarrollo organizacional y liderazgo con experiencia en coaching y formación de equipos en diversos sectores.

Creo en el ser humano, en su grandeza, esencia y valor. El coaching es la herramienta que me permite acompañar a quienes están comprometidos con su crecimiento, ayudándoles a desarrollar su talento y alcanzar lo que es importante para ellos. He vivido en primera persona la potencia de enfrentarse a uno mismo, y desde este descubrimiento acompaño a otros. Me apasionan las relaciones humanas y cómo impactan en la vida de las organizaciones. Creo firmemente que cuando hay seguridad psicológica, las personas desarrollan su potencial, creando equipos genuinos. Mi propósito es acompañar a estas en la creación de entornos saludables, donde las personas puedan crecer y desarrollarse.



Nuestro Equipo

Mireia Recoder

Graduada en Psicología por la Universidad Ramon Llull y Executive Coach. Con más de 10 años de experiencia en el sector de los RRHH y la consultoría, especializada en la formación de personas en el entorno organizacional en materias de liderazgo y coaching.

Considero que trabajar en uno mismo es indispensable para conseguir una vida plena y feliz.

En mi etapa de estudiante tuve la suerte de descubrir mi vocación. Durante varios años trabajé en el mundo de la empresa multinacional, donde pude comprender el comportamiento humano en el contexto corporativo. Y, gracias a la pandemia, que me sorprendió viviendo en Londres y lejos de los míos, me di la oportunidad de parar, reflexionar y tomar la decisión de emprender mi propio camino profesional conectada y fiel a mi propósito: mejorar el bienestar de las personas, dentro y fuera de las organizaciones.

Mi pasión son las personas: acompañarlas en el viaje hacia el descubrimiento de su potencial y fuerza para la consecución de sus objetivos, viviendo, aceptándose y disfrutando del camino.



Formaciones bonificadas



Nuestras formaciones pueden ser total o parcialmente bonificadas a través de **FUNDAE**.



Te acompañamos en la tramitación de las bonificaciones a través de nuestra empresa colaboradora.



Contacto



hola@rema-coaching.com

www.rema-coaching.com

María Molina | +34 670 700 321

Mireia Recoder | +34 690 121 848

Barcelona | Madrid