

TALENTED★PEOPLE



COACHING SISTÉMICO

El coaching sistémico es una herramienta muy potente en cualquier proceso de cambio y desarrollo profesional y/o personal. Moviliza mucho más rápido y profundamente los recursos del cliente por lo que consigue resultados en menos tiempo que otros tipos de coaching y los resultados son duraderos. Un proceso de coaching sistémico requiere menos sesiones y en ocasiones, dependiendo de cuál sea el tema que trae el cliente, con una sola sesión basta para movilizar una cuestión largo tiempo bloqueada. El coaching sistémico produce cambios a nivel de identidad, a nivel de valores y opiniones y en consecuencia a nivel de ACTUACIÓN.

PORQUÉ MOVILIZA TANTO EL ENFOQUE SISTÉMICO Y QUÉ APORTA FRENTE A OTROS TIPOS DE COACHING?

1.-En primer lugar, en el enfoque, más amplio, porque la mirada no se centra exclusivamente en el individuo, si no que mira también al contexto (sistema) en el que está: el departamento, la sección, el servicio, la empresa. En ocasiones también a nuestro primer sistema, la familia ya que es el primer lugar al que pertenecemos y determina la mayoría o una buena parte de nuestras creencias conscientes e inconscientes.

En los procesos de coaching tradicionales la mirada sólo está puesta en el individuo y entonces se excluyen partes esenciales ya que todos los sistemas guardan relación, interactúan y se influyen unos a otros muchas veces a nivel inconsciente permitiendo el avance o cerrando puertas.

2.-En cómo se trabajan las sesiones: en el coaching sistémico trabajamos con figuras (pueden ser maderas, clicks, etc.). El trabajo con figuras activa el hemisferio derecho y opera con imágenes cargadas emocionalmente y así conseguimos salir del círculo del “diálogo interno”, de las racionalizaciones, de las justificaciones que explican los porqués, pero no mueven NADA.

En las sesiones de coaching sistémico el cliente representa con las figuras la imagen interna de la situación que está viviendo, y en el proceso encuentra el recurso o el movimiento hacia la resolución.

3.-El trabajo con figuras permite trascender la interpretación y nos aleja de los juicios: las figuras relatan lo que está sucediendo más allá de la superficie, de lo que se ve, o de lo que nos “contamos”. Obtenemos así una comprensión más amplia de porqué estamos dónde estamos o para qué nos sucede lo que nos sucede.

4.-El trabajo con figuras llega al inconsciente donde se encuentra la imagen interna que sostiene el conflicto, el bloqueo, la resistencia y que nos ha llevado a dónde estamos, a cómo actuamos, a cómo reaccionamos. La nueva imagen generada en las sesiones va actuando y produciendo cambios que se van percibiendo incluso hasta meses después de realizadas las sesiones: “vemos diferente” y en consecuencia “actuamos diferente”.

Cuando alguien se desplaza a una visión interior distinta se producen muchas transformaciones: a nivel de identidad, a nivel de valores y opiniones y en consecuencia a nivel de ACTUACIÓN.