



Coaching

Juan Manuel Nieto Moreno

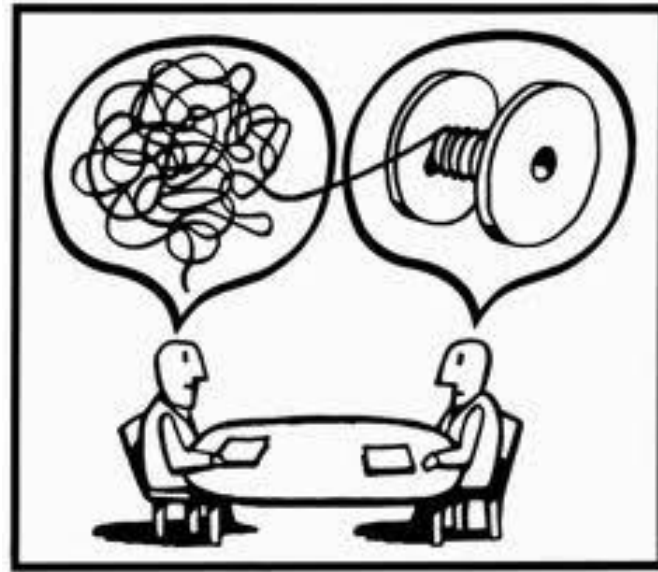
Miguel Ruiz Rodríguez

Verónica Tirado González

Índice

- ¿Qué es, en que consiste y de donde proviene el coaching?
 - *Definición*
 - *Orígenes*
 - *Tipos*
- ¿Quiénes intervienen en el coaching?
 - *Conceptos y otras definiciones*
- ¿Qué beneficios aporta el coaching?
 - *Beneficios*
 - *Impacto en empresas*
 - *Casos reales*

Definición



- ▶ El coaching es un sistema de comunicación positiva y efectiva que enseña a preguntar, a escuchar, a responder, a tomar conciencia y a establecer un plan en acción con nuevas y mejores expectativas.

Definición



- ▶ El coaching consiste en liberar el potencial de una persona para incrementar al máximo su desempeño.

No es nada nuevo...

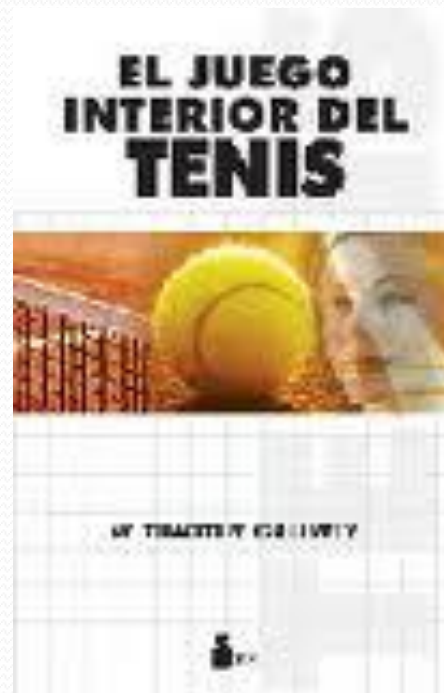
- ▶ Sócrates (siglo IV a.C.)



“Cada ser humano tiene la respuesta dentro de sí.”

El origen deportivo

- ▶ Timothy Gallwey (mediados de los años 70).



“El oponente que habita en la cabeza del propio jugador es más formidable que el que está al otro lado de la red.”

Mundo ejecutivo y personal

- ▶ Thomas Leonard (años 80).



“Entendiendo la vida y el trabajo como "deportes" en los que podemos obtener las metas que nos proponemos.”

Tipos

- ▶ **Coaching Personal**
 - Trabaja sobre los objetivos personales.
- ▶ **Coaching Ejecutivo**
 - Ayuda a los directivos a descubrir sus puntos fuertes para organizar un plan de acción con el que superar los posibles obstáculos en su liderazgo.
- ▶ **Coaching Empresarial**
 - Gestión del Tiempo, etc.
 - Metas: en ventas, publicidad.

¿Y cuando aplicamos coaching?

- ▶ Entre otros, el coaching puede ser beneficioso en casos de:
 - Desempleo.
 - Problemas en el trabajo.
 - Estrés y ansiedad.
 - Falta de entusiasmo en la vida.
 - Búsqueda de la auténtica vocación.
 - Hábitos negativos o comportamientos autodestructivos.

¿Quién es el coach?

CARACTERÍSTICAS

- CLARIDAD
- APOYO
- CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA
- MUTUALIDAD
- PERSPECTIVA
- PACIENCIA
- CONFIDENCIALIDAD
- RESPETO

OTRAS CARACTERÍSTICAS

- DESTREZA TÉCNICA
- CONOCIMIENTO
- EXPERIENCIA
- CREDIBILIDAD
- AUTORIDAD



¿Qué NO es un coach?

- Un coach **NO** es un psicólogo.
- Un coach **NO** es un consultor.

El coachee - ¿De qué hablar con un coach?

PERSONAS

De tus preguntas. **De tus problemas.** De tus sensaciones. *De lo que te enfada.* De tus cambios y desafíos. **De tus dudas.** De tus promesas y declaraciones. **De tus decisiones.** De tu progreso y reconocimiento. **De tus miedos.** De tus proyectos. **De tus sentimientos...**

EMPRESAS

Gestión de tu personal *gestión del tiempo* **la agenda** *falta de motivación en el personal* **las metas como empresa** *de sus desafíos* **SU progreso** sus proyectos **problemas con la empresa**

Diferencias entre Jefe y Coach

Habla mucho.

Dice.

Arregla.

Presume.

Busca el control.

Ordena.

Trabaja con base en...

Se centra en el producto.

Quiere razones.

Asigna la culpa.

Conserva la distancia.

Escucha mucho.

Pregunta.

Previene.

Analiza.

Busca el compromiso.

Desafía.

Trabaja con...

Se centra en el proceso.

Busca resultados.

Asume responsabilidad.

Hace contacto.

Los 3 pilares del coaching

1 – Principio OBSERVADOR

No sabemos como son las cosas, sólo sabemos como las observamos o las interpretamos.






2 – Principio ACCIÓN Y SER

No solo actuamos de acuerdo a cómo somos, también somos de acuerdo a cómo actuamos.

3 – Principio EL INDIVIDUO Y EL SISTEMA SOCIAL

Los individuos actuamos de acuerdo a los sistemas sociales a los que pertenecemos, pero a través de nuestras acciones, aunque condicionadas por esos sistemas, podemos cambiar tales sistemas sociales.

A ver si nos hemos enterado...

- 1 - Un buen coach debería ser capaz de solucionar problemas de trastornos de ansiedad o de personalidad 
- 2 - Un coach generalmente trata con problemas emocionales o de comportamiento 
- 3 - El coaching acerca a las personas al éxito y a una mayor eficacia. 

Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ **Mejora de las relaciones**
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ **Una mejor calidad de vida para los individuos**
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



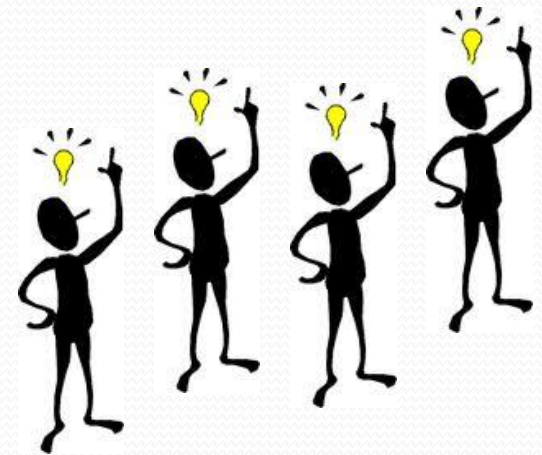
Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ **Más tiempo para el gerente**
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ **Mas ideas creativas**
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ **Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos**
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ **Una respuesta mas rápida y eficaz**
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



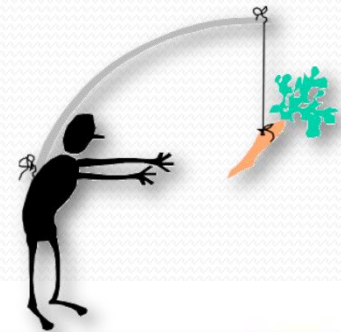
Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ **Mayor flexibilidad y adaptación al cambio**
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ **Personal mas motivado**
- ▶ Una habilidad vital



Beneficios del Coaching

- ▶ Mejora del desempeño y de la productividad
- ▶ Mejora de las relaciones
- ▶ Una mejor calidad de vida para los individuos
- ▶ Más tiempo para el gerente
- ▶ Mas ideas creativas
- ▶ Un mejor uso del personal, las habilidades y los recursos
- ▶ Una respuesta mas rápida y eficaz
- ▶ Mayor flexibilidad y adaptación al cambio
- ▶ Personal mas motivado
- ▶ **Una habilidad vital**



Impacto del coaching en empresas

- ▶ Productivity – 53%
- ▶ Quality – 48%
- ▶ Customer Service – 39%
- ▶ Teamwork – 67%
- ▶ Job Satisfaction – 61%
- ▶ Working relationships with direct reports – 77%



Casos de coaching



"¿Una opinión sobre lo que ha supuesto mi trabajo con mi coach?"

Sólo puedo decirte que mi carrera ha sido fulgurante. Con 28 años dirijo un equipo de 40 personas. Ordeno y mando como lo hicieron conmigo. Tras pasar los años, un colaborador me sugería embarcarnos en esta aventura, quizá buscando la novedad, sin embargo me encuentro con que tengo unas carencias que debo cuidar pero mi descubrimiento más importante: tengo unas virtudes ocultas que debo exteriorizar. Cada cierto tiempo refresco mi estrategia con mi Coach. Funciona."

Pedro V.
Jefe de Producción

Casos de coaching



" Mi negocio siempre había funcionado bien, se trataba de la tercera generación familiar, pensaba que nada era mejorable, siempre había sido así...

Me decidí a hacer Coaching por la presión de unos colegas. Al principio no veía nada claro ¿dónde estaban las ideas felices, los consejos? Sólo cuando me di cuenta que se trataba de mí, conseguí transformar y modernizar el negocio. Tradición ya no está reñida con modernidad. Ahora ya sé lo que es el trabajo de un Coach y lo recomiendo no sólo a quien le va regular o mal el negocio sino a aquellos que tienen algún aspecto que mejorar."

Alejandro G. A.
Empresario

Casos de coaching



"Yo no soy una persona con problemas y la vida me cuida bien. El trabajo, la casa, los hijos. Cuando acepté trabajar con mi Coach durante unas semanas, no pensé que iba a cambiar mi manera de ver las cosas. La primera pregunta fue: ¿Quién eres? Mi respuesta, una buena madre, esposa, hija, hermana, trabajadora, etc. La segunda pregunta fue directa: Antes de todo esto: ¿quién eres? Tan fácil y tan claro, ahí fue el comienzo de un reencuentro conmigo misma. Mi identidad estaba bastante oculta. Ahora, estoy diseñando mi vida. Ese futuro que me gustaba a los 18 años y en el que no había vuelto a pensar. Me dedico más tiempo a mí y a mi familia. Trabajo lo mismo pero lo hago de forma más productiva con lo cual me encuentro mejor. Eso es lo que el Coaching hizo con mi vida."

Concha G.
Secretaria y ama de casa

Preguntas



"Los problemas no pueden resolverse desde el mismo nivel de conciencia en el que fueron creados." Albert Einstein.