GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

Coaching y herramientas de coaching de Academia Sensate

Actualidad Empresarial | 16/10/2021 | 00:00

¿Qué es realmente el coaching?

La definición de coaching, según la International Coach Federation, es la siguiente:

“El coaching profesional se fundamenta en una asociación con clientes en un proceso de acompañamiento reflexivo y creativo que les inspira a maximizar su potencial personal y profesional.”

La persona que recibe el servicio (cliente o mentee) es la única protagonista. Es más, cada persona es su máxima experta en su experiencia. Rodrigo Sampedro Gutiérrez, fundador de Academia Sensate, explica que este proceso solo será posible si la persona está comprometida con su meta, si asume total responsabilidad de lo que depende de ella y si está dispuesta a asumir los pros y contras de los resultados que estén por venir. Crecer y desarrollarse personal y profesionalmente no es sencillo ni rápido, pero es algo urgente, importante y más necesario que nunca.

En la Academia Sensate se pueden encontrar formaciones para conocer las herramientas de coaching enfocadas al autoconocimiento y a la gestión de equipos. La persona no ha de convertirse en un/a coach profesional y acreditado, pero sí puede utilizar las herramientas de coaching para mejorar su día a día, sus relaciones y su trabajo. Este espacio ha sido creado por Ana Estela Navarro Yudes y Rodrigo Sampedro Gutiérrez, tras unir su experiencia y proyectos, con el objetivo común de hacer llegar a más personas este conocimiento adquirido y su experiencia personal y profesional en coaching.

Academia Sensate: coaching para el desarrollo personal y profesional

En Academia Sensate, las personas que acuden pueden adquirir formaciones para descubrir el coaching o seguir profundizando en él, además de poder contratar a un coach profesional para sesiones y procesos 1 a 1.

El objetivo de las formaciones (1 a N) y las sesiones 1 a 1 es crear un espacio de reflexión y aprendizaje e inspirar al cliente a maximizar su potencial. Tanto las formaciones como los procesos individuales están disponibles en formato online y presencial.

¿Cuáles son las herramientas utilizadas por un coach durante el proceso de coaching?

Aunque muchos coaches beben de las mismas fuentes, cada uno acaba definiendo su propio estilo y dinámicas. Sin embargo, existen ciertas herramientas muy útiles que son comunes durante estas sesiones. Algunas de ellas son: la escucha activa, la observación, la indagación y las preguntas poderosas.

Lo importante no es el mundo o la percepción del coach, sino el mundo y la percepción del cliente. Por esta razón, todas las herramientas están enfocadas a que el cliente reflexione, profundice en su experiencia y alcance sus propias conclusiones. Es importante destacar que el rol del coach, difiere del rol del mentor o del consultor. El coach no es el que sabe, por lo que no aconseja (si no es preguntado) y respeta por completo el ritmo y los pasos que el cliente decide ir dando.

¿Dónde se puede conocer todo lo relacionado con el coaching o seguir profundizando?

La Academia Sensate ofrece servicios y formaciones de coaching enfocadas en que cada persona se conozca más y mejor a sí misma, como ya podía leerse hace miles de años en el templo de Delfos. Gracias a esto, se irán sembrando las semillas que potencialmente florecerán, dando lugar a un mayor crecimiento personal y profesional que permitirá a la persona alcanzar sus objetivos y aprender a relacionarse mejor con todo lo que le rodea.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/158341-coaching-y-herramientas-de-coaching-de-academia-sensate.htm