The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

Guía para Coaching Profesional

Humanos en Desarrollo
Programa de Coaching Profesional

¡Bienvenido al coaching profesional!

Me dará muchísimo gusto trabajar contigo, en tu viaje del crecimiento y éxito personal.

Antes de nuestra sesión inicial de coaching, deseo aclarar las expectativas del proceso y los puntos a desarrollar.

La primera reunión es especial y se fijan los fundamentos de la relación de coaching. El Coach habla más en ésta sesión, que en las siguientes. Esto es para asegurar que se establezca apropiadamente la naturaleza única de la alianza entre el Coach y tú, y cerciorarse de aclarar cualquier pregunta para que te sientas cómodo en el comienzo del coaching.

Con este documento podrás saber qué esperar de tu Coach, e informarte de manera general sobre el coaching profesional. También cubre los estándares éticos con los que tu Coach operará.

Recibirás dos formatos de ejercicios con este documento. El primero se llama “Perfil del coachee”, nos ayudará a crear las bases para trabajar juntos, y comenzar a desarrollar el tipo de pensamiento requerido para maximizar los beneficios del coaching. Por favor contéstalo y envíamelo antes de nuestra primera sesión. Gracias.

El segundo se llama “Mi Enfoque Principal”. Por favor determina las cinco áreas en que deseas mantener nuestro enfoque durante el coaching, y los resultados que deseas obtener para que el proceso sea lo más exitoso.

Celebraremos sesiones semanales. Las áreas que se cubren en la primera sesión son las siguientes:

- Metodología del Proceso de Coaching: tiempo, lugar, tomar notas, ejercicios, etc.
- Comentar este documento y responder cualquier duda.
- Comentar los objetivos de la participación como coach.
- Explorar el documento “Mi Enfoque principal”.

“A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan” –J.C. Maxwell

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

Antes de tu primera sesión:

Por favor, lee este documento en tu totalidad. Se describe la Ética y los Estándares de tu coach, términos y condiciones de coaching, una guía de cómo funciona tu coaching, y una breve introducción a los principios básicos del coaching.

Una breve introducción al Coaching

Hay algunas pautas definidas de lo que es y no es coaching.

El coaching consiste en muchas cosas; sin embargo, principalmente se trata de convertirte en la mejor versión de ti mismo. En desarrollar la inteligencia emocional y la consciencia. En los negocios, el coaching es una conducta de liderazgo que se encuentra en el extremo opuesto del típico mando y control, y en efecto se refiere a la persona entera, no solo a un rol en los asuntos de negocios.

El coaching tiene muchas ventajas, demasiadas para mencionarlas todas en este documento. Cada participante, en alianza con su coach, crea y mantiene la ruta de su desarrollo, haciendo única la alianza pues ha sido diseñada por ambas partes exclusivamente para el éxito del participante o coachee.

El proceso es diverso y amplio. Puede cubrir una amplitud de temas, tales como tratar con los obstáculos inmediatos que impiden el crecimiento, la comunicación personal, así como la construcción de la visión y el plan del sueño de tu vida y sus metas a lograr.

En resumen, el coaching se trata de unir tu potencial con tu desempeño; y el contexto es de aprendizaje más que enseñanza.

El coaching no es apropiado para lo siguiente:

- Las personas con dependencias a las drogas y el alcohol.
- Un hombro para llorar.
- Las personas que abusan de los demás.
- Las personas que sufren enfermedades mentales.
- Recibir consejos.

“A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan” –J.C. Maxwell

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

En algunos campos, los terapeutas se enfocan y abundan en los acontecimientos que han sucedido en el pasado. El coaching trata específicamente el presente y futuro.

Mientras que la referencia a hechos del pasado es una práctica normal en una relación de coaching para solicitar antecedentes y crear contexto, un coach, a menos que declare lo contrario, no está capacitado para hacer frente a cualquier trauma emocional pasado o la agitación que impida al participante seguir adelante.

Cómo sacar el máximo provecho de tu coach:

Se abierto y honesto con ti mismo y con tu coach. Todos tenemos ocupaciones que demandan tiempo y fácilmente pueden absorber nuestro pensamiento y actuar; sin embargo, el tiempo para tu coaching es tuyo, para trabajar exclusivamente en ti y en lo que **TÚ** deseas lograr. Si estás batallando para priorizar **tus** necesidades personales por encima de las empresariales o las demás personas, entonces tenemos bastante trabajo que hacer.

Haz tiempo y espacio para tu coaching, si te sientes estresado o desorganizado para la reunión obtendrás menos de ella. Tu coach te ayudará a establecer metas para cada sesión y te fijará nuevos desafíos. Obtendrás el máximo provecho del coaching si inviertes el tiempo necesario para estudiar y seguir con lo que se acordó hacer entre las sesiones.

Informa inmediatamente a tu coach si podrías ser más eficaz de alguna manera o si tienes algún problema con el proceso de coaching.

Considera invertir quince minutos después de la sesión de coaching para escribir y grabar cualquier cosa que se te ocurrió, y planificar el tiempo para seguir adelante con las acciones y compromisos que te hiciste.

Tomar notas durante la sesión es muy importante pues te permitirá documentar tus pensamientos y aumentar tu consciencia sobre los cambios ocurridos en tu persona durante la sesión.

Se recomienda encarecidamente contar con una libreta específica para guardar notas de las sesiones. Habrá cosas que desees volver estudiar en algún momento, y te servirá como punto de referencia para cualquier aprendizaje y crecimiento que experimentes.

Escribir tus pensamientos de manera habitual es una excelente manera para enfocar tu mente, ejercitar tu voluntad, y aumentar la claridad sobre la persona en quien te quieres convertir y lo que deseas lograr. Tu coach te platicará sobre esto durante las sesiones.

"A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan" –J.C. Maxwell

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

Ética y Estándares

A continuación se detalla el código de conducta aplicable a todas las sesiones de coaching.

- Tu coach se comportará con dignidad, honestidad, integridad y responsabilidad.
- Puedes estar seguro de que cualquier asunto tratado con tu coach será confidencial, a menos de ser requerido por ley, o que le des permiso por escrito.
- El coach no te juzgará o dará consejos no deseados.
- El coach tendrá claro el límite entre coaching y otras terapias, por ejemplo, psicológicas.
- El coach no te recomendará ningún terapeuta específico a menos que esté calificado para ello.
- El coach no te dará información engañosa sobre el coaching y sus beneficios.
- Todos los acuerdos de coaching son fáciles de entender, con las expectativas claras tanto del coach, como del participante.
- El coach no impartirá coaching a menores de edad (menores de 18 años) sin el permiso escrito de los padres.
- El coach estará dispuesto a recomendar a otros coaches, si fuera más apropiado para el cliente.
- El coach cuenta con seguro de responsabilidad profesional vigente.
- Siempre que sea posible, el coach elevará el estándar del coaching y ajustará cualquier malentendido acerca de lo que es y no es el coaching.
- El coach tratará al cliente de manera respetuosa en independencia al género, edad, raza, religión, discapacidad y orientación sexual.

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

Términos y condiciones del Coaching

- La sesión iniciará desde el momento acordado, incluso si el participante se retrasa.
- La cancelación de una sesión por cualquier motivo que no sea de emergencia dará lugar a la pérdida de la sesión. Tu desarrollo debe ser prioridad.
- Envía mensajes de voz o escritos por whatsapp a tu coach entre las sesiones, si estás atascado, confundido, desafiado o simplemente quieres compartir tus éxitos. Por favor, respeta el tiempo del coach manteniendo esta comunicación entre 10-15 minutos diarios. ¡Gracias!
- Tu coach te asignará tareas entre las sesiones para ayudarte en tu crecimiento.
- La relación de coaching es por un mínimo de 4 sesiones a menos que se acuerde lo contrario; esto incrementa las oportunidades para que seas más consciente, tomes mejores decisiones y logres resultados superiores.
- Tu confidencialidad es vital y tu coach nunca comunicará información acerca de ti a nadie. Tu coach está obligado a llevar un registro del número de horas que sesionan. A menos que solicites lo contrario, tu nombre será incluido en el registro. Este solo será visto por el miembro del Comité de Normas Profesionales con la finalidad de comprobar la experiencia del coach para futuras certificaciones. Gracias de antemano por tu apoyo a los estándares profesionales del coaching.
- Tu coach nunca utilizará para su beneficio, información dada por ti en las sesiones.
- Tu coach a menudo te comentará su punto de vista relacionado a tu situación, y puede ayudarte a seleccionar algún acercamiento o manejo de la situación. Por favor ten en cuenta que tú eres responsable de cualquier acción o inacción fomentada por la sesión de coaching. El coach no acepta responsabilidad alguna por las consecuencias de tus acciones o inacciones.
- Tu coach no está capacitado para dar asesoría específica legal o financiera. Ten en cuenta que se trata de una relación de coaching, diseñada para ayudarte a que encuentres tus propias opciones, y que cualquier sugerencia dada está basada en ayudarte a tomar tus propias decisiones y no debe ser entendida como orden o consejo autoritativo. Cualquiera que sea el campo, financiero, de negocios, salud u otros, por favor, antes de actuar, busca consejos u opiniones de profesionales calificados en la materia.

"A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan" –J.C. Maxwell

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

Manera de operar como Coach

Como tu Coach, me comprometo contigo a lo siguiente:

- Yo creeré en ti completamente y estaré seguro que puedes triunfar en lo que propongas.
- Voy a estirarte, retarte, y a veces confrontarte, aunque siempre desde una posición de apoyo y servicio. Comprenderé tu estado de ánimo, reiré y lloraré contigo y viajaré a tu lado por esta aventura de crecimiento como un socio al mismo nivel que tú.
- Seré honesto, abierto y no te juzgaré.
- Yo te ayudaré a que seas todo lo que puedas ser y a que logres todo lo que puedas lograr, mientras continúen siendo tus propios intereses.
- Mis clientes son capaces de fijarse metas que desean alcanzar en su vida, mi papel como coach es motivarte y retarte más allá de lo que normalmente harías. Mi propósito específico es que te conviertas en la mejor versión de ti mismo y que alcances tus metas más rápido que solo por tu cuenta.
- Todo lo que suceda entre nosotros es confidencial y se mantendrá siempre dentro de los estándares y ética en la que he sido entrenado y certificado.
- En ocasiones te ofreceré una vista alternativa a lo que estás diciendo. Puede ser que escuche cierto tono en tu voz o sienta miedo en tu comportamiento que aún no has detectado. Te diré cuando lo note, aunque no insistiré en que cambies tu manera de ser. El coaching siempre se enfoca en lo que **TÚ** deseas ser y lograr. Es mi trabajo ayudarte a ver lo que tú quieras ver y no a que enfrentes algo que aún no estás preparado.
- A menudo te pediré que consideres ir más allá de lo que inicialmente crees que estás preparado a ir. Tú **siempre** tienes el control para decidir a cuales acciones comprometerte entre sesiones. Si te motivo (y ciertamente lo haré) a que des un extra en algún punto, tú puedes elegir alguna de las siguientes opciones:
    - Puedes decir "no"
    - Puedes decir "sí"
    - Puedes negociar la solicitud.
- Ten la certeza de que para nuestras sesiones acordadas, estaré listo, tranquilo, entusiasmado y libre de cualquier circunstancia personal que pudiera nublar mi mente.

"A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan" –J.C. Maxwell

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

Al trabajar con tu Coach estás comprometiéndote contigo mismo a lo siguiente:

- A estar abierto a nuevos desafíos y preparado a estirarte para conseguir tus metas.
- A ser abierto y honesto contigo mismo y conmigo, y confiar en que nunca te juzgaré.
- A invertir el tiempo necesario para alcanzar el máximo beneficio del coaching: esto incluye llegar a tiempo a las sesiones, completar el material de trabajo, y comprometerte a realizar entre sesiones las acciones que hayas elegido.
- A ser fiel a ti mismo y a tus principios y valores (los aclararás o identificarás durante el programa de coaching).
- A estar dispuesto a compartir unas buenas carcajadas a lo largo del camino, pero también hacerme saber si reírte es lo último que tienes ganas de hacer en ese día.
- A decirme de inmediato si algo en nuestra relación de coaching te molesta o no está dando los resultados que podría esperarse.
- A cuidar de ti mismo y entre las sesiones de coaching. Cuanto más grande es el reto que estás llevando a cabo, mayor es el grado de auto-cuidado que se necesita para apoyar tu bienestar y energía.

Tu salud y bienestar son componentes vitales de la inteligencia emocional. El desarrollo no se lleva bien con las personas que continuamente se descuidan a sí mismas o que intentan alcanzar objetivos a expensas de su salud o bienestar.

El programa de coaching se enfoca en aumentar tu consciencia, para que tomes mejores decisiones y obtengas resultados superiores en la excelencia personal, el auto desarrollo y la consecución continua de metas, es un proceso que se vive todos los días y al que solo tú puedes comprometerte.

Siempre recuerda que tener una meta es imperativo para el éxito en la vida; sin embargo, el propósito de la meta no es el resultado material que se consigue al lograrla, sino *la persona en quien te estás convirtiendo en el proceso de lograrla.*

Por último, es un privilegio trabajar contigo en tu viaje de crecimiento personal. Si tienes alguna pregunta sobre el contenido de este documento o del proceso de coaching, por favor contáctame.

"A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan" –J.C. Maxwell

The JOHN MAXWELL Team

AN INDEPENDENT CERTIFIED COACH, TEACHER AND SPEAKER
WITH THE JOHN MAXWELL TEAM

En tu continuo éxito y desenvolvimiento,

Humanos en Desarrollo

Víctor Suárez
Socio Fundador del Equipo Global de Coaches, Entrenadores y Conferencistas de John C. Maxwell
victor@humanosendesarrollo.com

"A las personas no les importa lo que sabes, hasta que saben que te importan" –J.C. Maxwell