

Coaching, espiritualidad y empresa

Cris Bolívar

Consultora y coach internacional

MCC, Master Certified Coach – ICF (USA)

Consultora Master en Desarrollo Organizacional (Israel)

Meditación Raja Yoga, Brahma Kumaris (India)

Coaching, liderazgo, inteligencia emocional, formada con Goleman y Boyatzis

www.crisbolivar.com

crisbolivar@crisbolivar.com

EMPRESA

- Personas organizándose
- Rol - sistemas – alta complejidad
- Necesidad de: equipos, colaboración, liderazgo resonante, creatividad, cambio y transformación, equilibrio resultados a corto y medio plazo, coaching interno y directivos-coach

ESPIRITUALIDAD

- Quien soy: Conciencia de cuerpo - conciencia de alma / del ser
- Autenticidad, rompimiento del ego – esencia
- Amar y paz interior
- Visión de la totalidad, claridad y conciencia, desapego, integración de polaridades, miedos

COACHING ESENCIAL

(d. conciencia ser)

- Desarrollo potencial – desarrollo conciencia – autoconocimiento – aprendizaje tercer orden
- Descubrir y potenciar energía amar incondicional – compasión – resonancia
- Descubrir y potenciar energía fluir – desapego – orientación al aprendizaje

LA ORGANIZACIÓN NO EXISTE

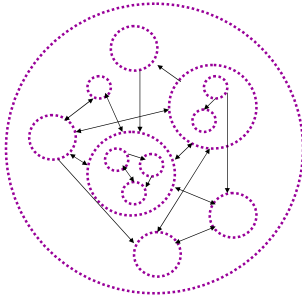
En la organización no hay personas,
las personas son la organización.

La organización ES un organizarse.

La organización no es un ente, no es un sustantivo,
es un verbo.

PERSONAS, EQUIPOS, SISTEMAS

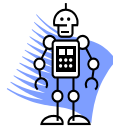
- La organización son personas que ejercen roles, que interaccionan entre sí y trabajan en equipos, que a su vez crean sistemas y subsistemas. En interacción con el entorno, del que forman un subsistema.
- Se alinean alrededor de una visión y trabajan en pro de una misión motivante.



Cris Bolívar®

Los seres humanos ...

¿somos robots? ...



“Somos inteligencias emocionales. Sistemas biológicos cargados de información. Nada nos interesa más que los sentimientos, porque en ellos consiste la felicidad o la desdicha”.

José Antonio Marina.
Filósofo, psicólogo y escritor.

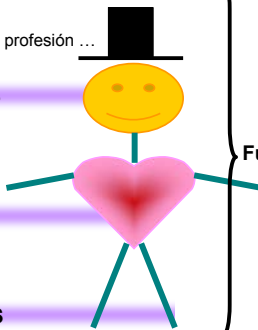
Las personas...

Desde una función / profesión ...

... PENSAMOS

... SENTIMOS

... ACTUAMOS

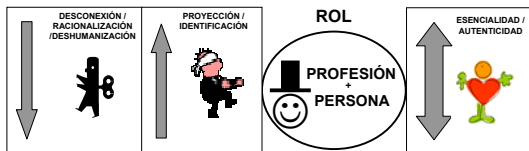


ROL

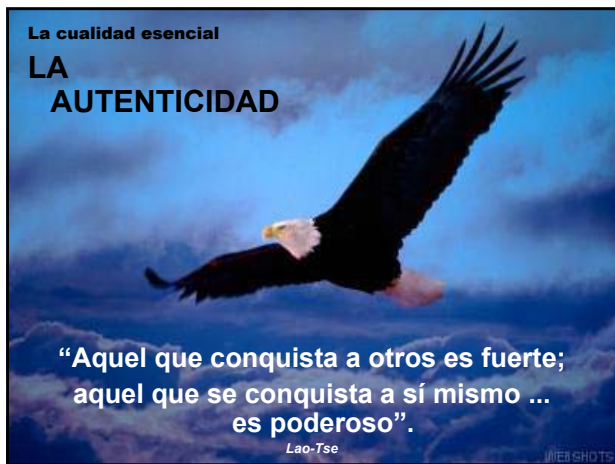
Función/Profesión
+
Persona

AUTENTICIDAD:

DEL ROL A LA PERSONA
 Y
 DE LA PERSONA AL ROL




Cris Bolívar®



LA DIMENSIÓN OLVIDADA

- Cada uno de nosotros es algo más que sus actos, sus sentimientos y sus pensamientos. Cada uno de nosotros es un **ser** (conciencia, alma, energía, ...).
- Aquí entra en juego la **dimensión espiritual**.




III JORNADAS PROFESIONALES DE COACHING
Madrid, 14 y 15 noviembre 2006

LOS 4 VERBOS DE LA VIDA

| VERBOS | CARACTERÍSTICAS | SI EL VERBO QUE PREDOMINA EN TU VIDA ES ... |
|--------------|---|---|
| TENER | Posesiones, estatus, bienes, contactos. | Vivirás en estado de temor e inseguridad debido al deseo de proteger tus adquisiciones. |
| HACER | Actividades (familia, trabajo, ocio, estudio, sustento, obligaciones sociales). | Tu existencia será un torbellino de actividad difícil de detener , entrarás en una imparable cadena de acciones y reacciones que te dejará sin fuerzas para salir de ella. |
| ESTAR | Papeles o roles, creencias, hábitos, ideas, deseos. | Tu vida será un conflicto entre los diversos roles que has asumido y entre las emociones y los deseos asociados a dichos roles. |
| SER | Valores intrínsecos, estado de conciencia ("yo soy..."). | Tan sólo si es el verbo "ser" el que rige tu vida podrás tener acceso al potencial y cualidades que te ayudan a estar, hacer y tener lo que de verdad deseas. Por algo eres un "ser" humano. |

Fuente: O'Donnell, Endocidad. La dimensión emocional y espiritual del ser humano en el ámbito de la empresa. Oiro, 1999




III JORNADAS PROFESIONALES DE COACHING
Madrid, 14 y 15 noviembre 2006

**¿QUIÉN SOY?:
LA VERDADERA IDENTIDAD Y NATURALEZA DEL YO**

- La vida es esencialmente una **interacción** entre dos energías: la energía física no viviente (**materia**) y la viviente (**yo consciente**, alma).
- La energía viviente del yo tiene conciencia de su propia existencia – pensamos, juzgamos, decidimos, recordamos y deseamos, pero no somos nuestros pensamientos, opiniones o deseos -.
- El cuerpo está animado por el yo consciente y es su instrumento o vehículo**, de igual modo que un actor interpreta papeles, el yo consciente interpreta diferentes roles a través del cuerpo.
- La naturaleza del yo consciente o alma es de **paz** y de **amor**.

**No es que yo tenga un alma
en alguna parte del cuerpo.
Soy un alma.
Animo este cuerpo.
Tú también eres un alma.**

Adaptado de: George, M. "A la luz de la meditación". Kier, Buenos Aires, 2006



III JORNADAS PROFESIONALES DE COACHING
Madrid, 14 y 15 noviembre 2006

EL YO CONSCIENTE O ALMA

- Las características o atributos innatos del alma son: **paz, amor, verdad, felicidad y fortaleza**.
- Estos atributos están siempre presentes en nosotros. Nunca nos abandonan y son tan **eternos** como el alma misma. Otra cosa es que perdamos conciencia con respecto a ellos.
- Cuando uno es verdaderamente consciente de su yo como alma, se da cuenta de que no tiene **nada que perder**. Nada externo puede poseerse y, por tanto, tampoco puede perderse.
- Uno **ya tiene** la paz, los sentimientos de amor y la sabiduría que anhela.
- Uno no puede controlar a las otras personas o a los acontecimientos externos. Sin embargo, **puede influir** en ellos.

Adaptado de: George, M. "A la luz de la meditación". Kier, Buenos Aires, 2006

EL AMOR

“Ámbito de las conductas relacionales a través de las cuales uno mismo, el otro, la otra, surge como legítimo otro en la convivencia con uno”.

Fuente: Instituto Matrizico. Humberto Maturana. 2005

LA TERNURA

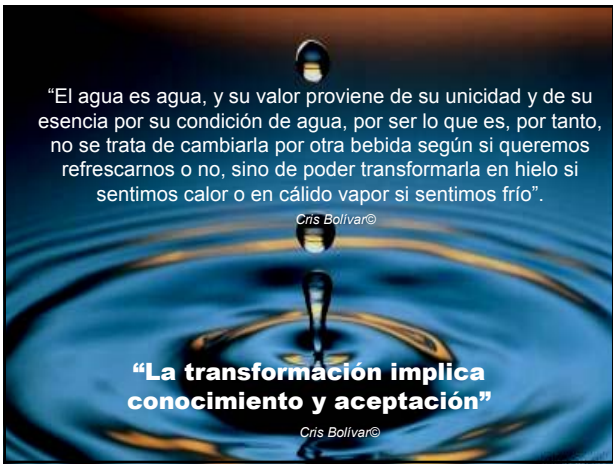
“Ámbito de las conductas relacionales a través de las cuales uno acoge al otro desde el ámbito del amar”.


Fuente: Instituto Matrizico. Humberto Maturana. 2005

LA POSESIÓN ES UN ESPEJISMO

- En la vida **todo llega para pasar**.
- Aferrarse a cualquier cosa es una futilidad, una pérdida de tiempo y energía.
- Si alcanzamos este punto de consciencia, estamos tocando a la puerta de la **felicidad**.
- En realidad la felicidad es algo que sentimos cuando ponemos nuestro corazón en algo y cuando nuestra intención es **dar**, no recibir.
- Piensa en la actividad creadora con la que disfrutas más y verás que ella viene **de dentro hacia fuera**, y no de fuera hacia dentro. La energía debe fluir en esa dirección.

Adaptado de: George, M. "A la luz de la meditación". Kier, Buenos Aires, 2006






Jornadas Profesionales
de **COACHING**
MÁS ALLÁ DEL CAMBIO

III JORNADAS PROFESIONALES DE COACHING


Madrid, 14 y 15 noviembre 2006

COACHING ESENCIAL



El COACHING ESENCIAL es el que desarrolla el nivel más profundo del potencial del ser humano, abordando su esencia, su unicidad, rompiendo los límites del ego para re-crearnos generando sabiduría a través de la expansión de la conciencia.

Cris Bolívar, 2006.



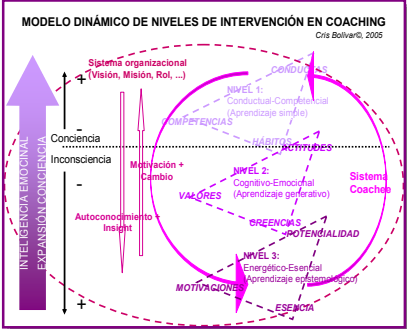
Jornadas Profesionales
de **COACHING**
MÁS ALLÁ DEL CAMBIO

III JORNADAS PROFESIONALES DE COACHING

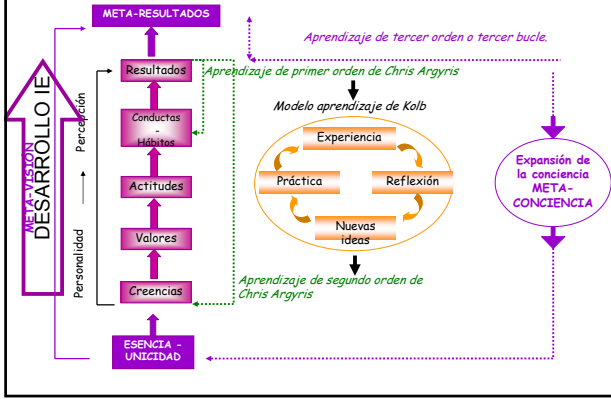
Madrid, 14 y 15 noviembre 2006

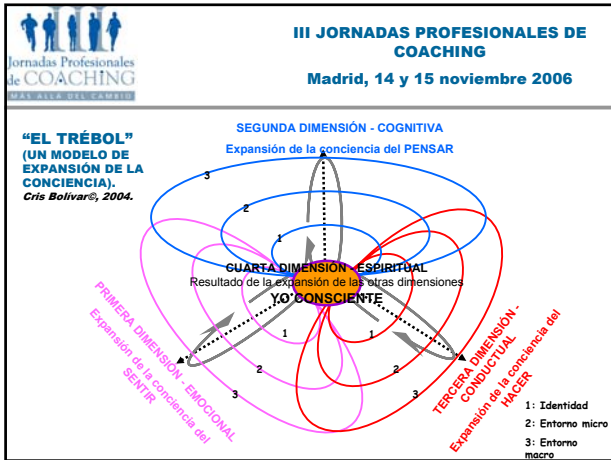
MODELO DINÁMICO DE NIVELES DE INTERVENCIÓN EN COACHING

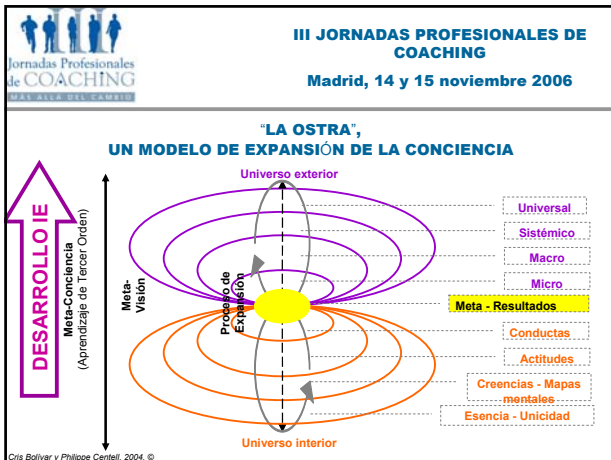
Cris Bolívar©, 2005



APRENDIZAJE DE TERCER ORDEN O EPISTEMOLÓGICO. Cris Bolívar®, 2004.







| | No aprendizaje | Aprendizaje |
|-------------------|--|---|
| | No-consciencia de la interacción nuestras acciones-situación. Satisfacción y efectividad baja. | Consciencia de la interacción nuestras acciones-situación. Satisfacción y efectividad alta. |
| Adaptación | Reactividad Pendular Reacciona alternando sus acciones y decisiones de una dirección a otra a modo de péndulo. | Proactividad Flexible A partir del aprendizaje, conduce su propia acción de modo eficaz para adaptarse al cambio. |
| Cambio | Reactividad Rígida Reacciona fijando sus acciones y decisiones según un patrón interno preestablecido. | Proactividad Consecuente A partir del aprendizaje, introduce acciones de modo eficaz para provocar el cambio. |

PLASTICIDAD

Aprendizaje de interacción dinámica. Cris Bolívar.
Adaptado de Itamar Roosovsky.

PLASTICIDAD

- La **PLASTICIDAD** podría entenderse como la capacidad para transformarse a partir de una correcta lectura del entorno/situación.
- No se trata sólo de ser **flexible**: como un junto al viento, cambiar temporalmente para luego volver al comportamiento original sin que se haya producido ningún cambio al fin.
- No se trata sólo de ser **consecuente**: como la piedra que con el entorno se convierte en arena, y cambiar algo permanentemente de forma que ésta será la nueva característica a partir de entonces.
- La **PLASTICIDAD** implica ambas cosas, como la plastilina. Implica la re-creación sincrónica con el entorno para conseguir verdadero valor añadido.
- Es lo que todo directivo debería desarrollar para ser efectivo.

Cris Bolívar@

LIDERAZGO ESENCIAL

- La clave de un buen liderazgo no se centra ni en tener unas habilidades supuestamente innatas, ni en copiar modelos que, lejos de ayudarnos a ejercer un buen liderazgo, muchas veces no hacen más que limitar y coartar nuestra verdadera forma de ser, encorsetándonos y haciéndonos sentir incómodos, falsos o inseguros.
- Para liderar, lo básico es transmitir a los demás confianza y sinceridad. Y éstas sólo emergen desde la autenticidad.
- Para ello, hay que viajar del rol (*personaje*) a la persona (*esencia*), dejar de centrarnos en el rol como algo fingido y superpuesto a uno mismo, para descubrir quiénes somos y cuál es nuestro potencial de liderazgo esencial.

Cris Bolívar, 2003

CLAVES PARA EL DESARROLLO DEL LIDERAZGO ESENCIAL

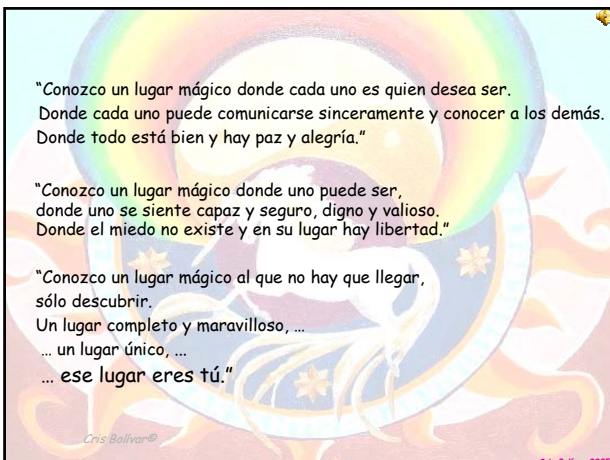
1. Incrementar el conocimiento sobre uno mismo.
2. Aprender a desaprender para descubrir y ampliar los verdaderos límites.
3. Vivenciar nuevas formas de relación.
4. Aplicar la experiencia a la propia realidad profesional.

Cris Bolívar, 2003

¿CÓMO RESONAR POSITIVAMENTE EN LOS DEMÁS?

- Expresando sinceramente tus propios valores.
- Empatizando y sintonizando con las emociones de las personas que te rodean.
- Utilizando el humor.
- Confiando en uno mismo y en los demás.
- Estando presentes aquí y ahora.
- Evitando la trampa del estrés y de la presión del tiempo.
- Dominando la técnica para interiorizarla y poder olvidarse de ella.
- Centrándose en el dar más que en el recibir.
- Viendo a los demás como personas y no como recursos.
- Resaltando las oportunidades de la vida en lugar de sus amenazas.

Cris Bolívar©, 2002



"Conozco un lugar mágico donde cada uno es quien desea ser.
Donde cada uno puede comunicarse sinceramente y conocer a los demás.
Donde todo está bien y hay paz y alegría."

"Conozco un lugar mágico donde uno puede ser,
donde uno se siente capaz y seguro, digno y valioso.
Donde el miedo no existe y en su lugar hay libertad."

"Conozco un lugar mágico al que no hay que llegar,
sólo descubrir.
Un lugar completo y maravilloso, ...
... un lugar único, ...
... ese lugar eres tú."

Cris Bolívar©



**III JORNADAS PROFESIONALES DE
COACHING**

Madrid, 14 y 15 noviembre 2006

Coaching, espiritualidad y empresa

Cris Bolívar

Consultora y coach internacional

MCC, Master Certified Coach – ICF (USA)

Consultora Master en Desarrollo Organizacional (Israel)

Meditación Raja Yoga, Brahma Kumaris (India)

Coaching, liderazgo, inteligencia emocional, formada con Goleman y Boyatzis

www.crisbolivar.com

crisbolivar@crisbolivar.com
