

ACUERDO DE COLABORACION PARA EL PROCESO DE COACHING

Antes que nada quiero darte la bienvenida a este proceso de coaching, que puede convertirse en una experiencia para ti única, enriquecedora, y que te permita avanzar más rápida y eficientemente para conseguir el objetivo que te marques. Aquí debajo, te desgloso los términos de nuestra colaboración.

COMPROMISO: Es imprescindible que tomes el proceso de coaching como una de las cosas importantes de tu vida, y por lo tanto, que no sea moneda de cambio en cuanto te surja algo urgente. Pensemos que estamos hablando de cambios en tu vida que pueden marcar una diferencia importante en cuanto a la calidad de cómo la vives. Por ello es innegociable el compromiso con las sesiones, y dar tiempo a lo que habitualmente no damos: mejorar nuestra vida.

NATURALEZA: te informo que el proceso de coaching no es un asesoramiento psicológico o ningún tipo de terapia. Debes entrar en el proceso con la idea clara de que tú eres el responsable de obtener tus propios resultados. En coaching creemos en la responsabilidad personal, y la figura del coach es la de un facilitador que a través de preguntas y de su apoyo y respeto, va a hacer más asequible, rápido y eficiente la obtención de tus metas.

DURACION DEL PROCESO: variable en función del objetivo que te marques, de un mes en adelante. En coaching tratamos de generar personas con recursos, o lo que es lo mismo, la antítesis de la dependencia. Por ello fijamos objetivos concretos y temporales, para poder medir cuando los alcanzamos y acabar el proceso de coaching. En todo caso tú decides al final cuando terminas tu proceso.

INTERVALO ENTRE SESIONES: podemos definir la cadencia de las sesiones, semanales o quincenales. Luego, dependiendo del objetivo y los progresos, las sesiones se pueden espaciar.

DURACION, FECHA Y PRECIO POR SESIÓN: la duración de la sesión estará entre los 45 y 60 min. Pactaremos unos días y horas preferentes par ti, para en la mayor medida de lo posible mantenerlos (siendo estos modificables). El precio por sesión es de 50€. El pago en sesión presencial, se realiza al finalizar la sesión, en el caso de realizarse la sesión vía Skype o telefónica el pago se realizará por cuenta bancaria.

TIEMPO EXTRA: Durante el tiempo que transcurre entre sesiones, puedes comunicarte conmigo vía mail, para cualquier duda, eventualidad, compartir un éxito, etc. Si la situación fuera grave o urgente, también puedes llamarme a mi teléfono móvil.

ESTRUCTURA Y CONDICIONES DE LA SESION: la sesión se compone de 3 pasos: rellenar la ficha de sesión antes de la misma, la sesión en sí, y sacar tus conclusiones y aprendizaje en la ficha de resumen de sesión según se acaba. Estos 3 pasos van unidos y encadenados, y tener la sesión implica el compromiso de realizar los 3. Por otra parte, es recomendable que acudas a tu sesión con tu cuaderno de coaching para tomar nota de las sesiones.

CANCELACION: Nos avisaremos cualquiera de los dos con 48 horas de anticipación en caso de cualquier cambio imprevisto [salvando emergencias].

CONFORTABILIDAD: Durante el tiempo del proceso, contraes el compromiso de involucrarte en el proceso, de manera que hagas lo necesario para que éste se convierta en algo deseable y confortable.

PROBLEMAS (desafíos): Si en alguna sesión digo o hago algo que te produzca incomodidad, o si tienes algún asunto a tratar sobre la manera en la que estamos trabajando, por favor dímelo tan pronto como sea posible. Para que nuestro trabajo conjunto sea efectivo, es necesaria la honestidad conmigo. No temas herirme, si me dices las cosas con intención de que yo rectifique, implemente u omita algo, y de que así tú puedas obtener más de nuestra relación. Más adelante coméntame en que puedo mejorar contigo.

CONFIDENCIALIDAD: Yo como coach reconozco que todo lo que compartes conmigo tiene carácter confidencial, sea de negocios o información personal. No te identificaré ni utilizaré en ningún momento ni revelaré ni total ni parcialmente, ni directa ni indirectamente, cualquier información que el cliente comparta en las sesiones.

Como Coach, tú puedes esperar de mí:

Una relación de coaching abierta, honesta y de colaboración.

Que te proporcione seguridad, soporte, apoyo y un entorno en el que puedas relajarte y explorar.

Que respete el acuerdo de confidencialidad tanto como la ley lo permita.

Que expanda tu visión de lo que es posible y que te ayude a descubrir nuevos puntos de vista.

Que sea un recurso que puedes utilizar para alcanzar tus metas y para cambiar lo que creas necesario de ti mismo/a o de tu entorno.

Como Coachee, yo espero de ti:

Que cultives una honestidad total contigo mismo/a.

Que te comprometas con resultados que sean realmente importantes para ti.

Que experimentes con nuevas formas de hacer las cosas y que practiques nuevos comportamientos.

Que hagas tuyos todos los progresos y los logros.

Cliente _____

Fdo.

Coach Guillén Tiestos

Fdo.