

“El Coaching de Vida es una manera de rescatarnos como personas”



Rebeca Zúñiga y Horacio Rosas, son los co-directores del programa de Especialización en “Coaching de Vida: Yo Inspiro” que imparte Fractal. Ambos son coaches ontológicos senior y terapeutas certificados en Bioenergética, con más de 20 años de experiencia. Aquí nos cuentan, de qué se trata este programa, que ya va en su tercera versión, dirigido a coaches certificados de distintas escuelas.

¿Qué es el coaching de vida?

Rebeca: es una herramienta y también un arte a través del cual se pueden facilitar procesos de desarrollo y de transformación de manera integral en un ser humano.

Horacio: es una manera de rescatarnos como personas. Siento que hoy estamos viviendo en un mundo ajeno, diseñado por personas que sirven al miedo y que han dejado de escuchar los principios que se conectan con la plenitud humana. Mensajes que nos sumergen en la banalidad o en la incertidumbre y que realmente están basados en las preferencias de minorías e intereses que muy poco tienen que ver con lo humano. Es un modo de reconectar con lo esencial, con la esperanza de una vida bien vivida y sin miedo.

¿De qué se trata esta especialización en Coaching de Vida?

Rebeca: se trata de saber cómo profundizar un proceso y proyectar las transformaciones de tu coachee. Aprender a encontrar un hilo conductor y a organizar un proceso de coaching desde su inicio, desarrollo y finalización o continuidad. Conocer y utilizar nuevos mapas que acompañen al coachee en sus desafíos vitales. El coach debe conocer los límites de nuestra disciplina y cómo derivar y trabajar con otros, si es necesario. Les mostramos las etapas de desarrollo vital, sus tareas, crisis y recursos.

Horacio: Aquí buscamos profundizar en lo que otros maestros nos han entregado y que es accesible a todos. Lowen y Jung principalmente. Desacralizar la psicología que los mismos autores han dicho que es para todos. Trabajar el cuerpo en el coaching y convertirnos en guías de otros, en realidad es un proceso de aprendizaje que nunca se termina.



“Nuestra experiencia como coach, terapeutas, en formación de coaches y conocimientos de psicología nos permite plantear una oferta responsable , sólida y coherente que favorece la apertura a otros modelos y la profundización del trabajo personal del alumno en un entorno personalizado y cuidado”

¿Qué otros mapas o modelos les muestran a los alumnos en este programa?

Rebeca: Vemos autores como K.Wilber; temas relevantes del desarrollo del adulto como: trabajo, salud, relaciones, materialidad, muerte, espiritualidad; el desarrollo de los septenios de R.Steiner, entre otros.

Horacio: Trabajamos con bioenergética en lo corporal y con las ideas de Jung sobre el proceso de individuación, también incorporamos técnicas de focusing.

“No estamos buscando ayudar a las personas a ser más ejecutivos, más eficientes o a realizar propaganda a la felicidad instantánea. Una vida buena es una conquista que paradójicamente se logra aceptando que es una búsqueda”



¿Qué los diferencia como escuela?

Rebeca: Nuestra ética de trabajo basada en el aprendizaje permanente y la creencia de que el coaching es una disciplina que beneficia al conjunto de individuos que busca un desarrollo más armónico de sus auténticas inclinaciones. La construcción del vínculo como uno de nuestros pilares. El estudio, observación y permanente aprendizaje como acompañantes de todo coach que emprende este camino y en primer lugar, nosotros. Nuestra experiencia como coach, terapeutas, en formación de coaches y conocimientos de psicología nos permite plantear una oferta responsable, sólida y coherente que favorece la apertura a otros modelos y la profundización del trabajo personal del alumno en un entorno personalizado y cuidado.

Horacio: Realmente aprendí a hacer coaching cuando me di cuenta que yo mismo debía seguir profundizando en un camino que va más allá de las definiciones estereotipadas. Estamos en una búsqueda personal que no va a calzar con las ideas en boga. No estamos buscando ayudar a las personas a ser más ejecutivos, más eficientes o a realizar propaganda a la felicidad instantánea. Una vida buena es una conquista que paradójicamente se logra aceptando que es una búsqueda. Creemos en el disfrute y la plenitud, sí. Pero no creemos en recetas instantáneas ni en promesas ingenuas de felicidad. Tampoco adscribimos a un ser humano omnipotente y narcisista feliz que no depende de otros. El ser humano necesita de una voz en una comunidad, de aceptación y amor para llevar adelante un proyecto vital. Y ahí queremos estar con el coaching.