

LOS MEJORES COACH DE ESPAÑA

Hemos hecho una pequeña selección de los mejores coach en España especialistas en Coaching para adolescentes y familiar; para Empresas, Emprendedores e Innovadores; Personal; Ejecutivo Empresarial y Liderazgo; Profesionales y Equipos de Alto Rendimiento y Coaching Cuántico



Empezamos con **Rosa María Gallego Flores** Coach Profesional Certificado, experta en inteligencia Emocional y en Coaching personal y profesional. Además es diplomada en Empresariales.

Rosa, ¿la frase "si quieres algo ve a por ello y punto" define perfectamente tu método de impartir el coaching?

Sí, efectivamente, pero en primer lugar quiero decir que de mis padres heredé dos cosas, de mamá: "no ver el "no" ante ninguna situación" y de papá: "que todo el mundo tiene algo bueno".

Por encima de todo creo en la bondad del ser humano y en sus buenas intenciones. Me incomodan los patrones rígidos y el autoritarismo. Si quieres algo ve a por ello y punto: eso es lo que afirmo, mi palabra por excelencia es PUEDO, confío en mí, en el otro, en las oportunidades... Para resolver cualquier conflicto, por pequeño que sea, se necesitan únicamente dos cosas: **Intención firme y Objetivo a conseguir bien definido y clarificado**. Y aquí precisamente es donde entra en juego el coaching. El coaching ayuda a clarificar enormemente y posteriormente elaboramos el proceso con las herramientas que nos lleven a conseguir ÉXITO y así alcanzar nuestras metas. Entrenaremos el modo de conseguir vivir conforme a nuestros deseos. Se requiere un entrenamiento constante, perseverancia y adaptación a las circunstancias, viviendo lejos de la frustración.

Eres especialista en coaching para adolescentes y familiar.

Así es, a familia es la base de la sociedad, desde el amor, el respeto, la flexibilidad, la comprensión y el perdón, todo resulta más fácil. Que nuestros hijos crezcan aprendiendo de sus propios errores, enseñarles a ser autónomos, entender la importancia de poner etiquetas que arrastrarán como una verdad universal.

La adolescencia, esa maravillosa etapa de la vida, pero cuantos conflictos familiares se generan en esa etapa!!

Mi objetivo es CREAR UNA ESCUELA DE FAMILIA, teniendo en cuenta la situación familiar actual. Una ruptura de pareja respetuosa, no debe provocar una ruptura familiar. Colaborar a resolver los problemas en el entorno familiar puede resultar una oportunidad extraordinaria para comprendernos mejor padres e hijos y una renovación positiva del entorno familiar.

Para concluir, todos los seres humanos, buscamos amor y reconocimiento y el primer lugar en el que lo buscamos es nuestra familia, pongamos ahí el acento.



A continuación hablamos con el **Dr. Miguel Castillo Díaz**, gerente de la empresa **EMOCIONA**. Es Coach Profesional Certificado y experto en Coaching Personal, Ejecutivo y Empresarial. Es Doctor en Psicología por la Universidad de Granada.

Miguel, define en pocas palabras qué es EMOCIONA

Para mí, EMOCIONA comenzó como un sueño y se ha convertido en una misión de vida. Un cantante aporta su voz, un bailarín sus movimientos y yo encontré algo en mí para aportar, llamado talento para la gestión emocional y amor por el ser humano. Ahora EMOCIONA significa un gran familia donde uno viene a descubrirse, a potenciarse, a dar vida a su vida, a recuperar emociones y sentimientos que estaban muy enterrados, en términos de D. Goleman, a resonar y hacer resonar a los demás.

¿A qué tipo de personas o empresas van dirigidos vuestros servicios? Cualquier persona, organización o equipo de trabajo que quiera realizar un cambio. Incluso cuando el cambio es no mantener la situación que está viviendo.

Vuestra misión es aportar al cliente herramientas para la gestión de emociones, para conseguir el éxito profesional o personal.

Aportamos herramientas de comunicación asertiva, inteligencia emocional, gestión del cambio y de las relaciones, liderazgo, auto-conocimiento, gestión del duelo, desarrollo de la auto-estima, team building, etc. También formamos a futuros Coaches Profesionales. Realizamos estos servicios en Granada, Almería, Málaga y Melilla. En 2017 comenzaremos a ir a Sevilla también.

¿Qué aporta EMOCIONA diferente a otras empresas de coaching?

Realizamos 3 niveles de Inteligencia Emocional con una metodología totalmente vivencial en la que el participante hace un viaje de auto-conocimiento, de liberación de emociones y de potenciación personal sin comparación. Nuestros participantes no hablan de un antes y un después en su vida y con ellos mismos. Sus propias recomendaciones hacen que los siguientes cursos se llenen solos. Tal es el efecto que estamos realizando un estudio junto con la Universidad de Granada para demostrar el efecto de este entrenamiento en variables psicológicas, como ansiedad, depresión, auto-estima, estrés, salud, calidad de vida, atención, consumo de alcohol, tabaco y fármacos, etc. y variables hormonales.



Conversamos con **INMA RÍOS**, Ingeniero Agrónomo Formadora de Habilidades Directivas, especialista en Profesionales y Equipos de Alto Rendimiento, certificada por ASESCO. Cuenta con quince años de experiencia profesional en multinacionales en diversos países europeos (Irlanda, Holanda y Francia). Ha dirigido departamentos de Supply Chain a nivel internacional, gestionando proveedores, producción y equipos multidisciplinares y multiculturales.

¿Cómo se motiva a un equipo?

La motivación de un Equipo no pasa necesariamente por la recompensa económica. La gran mayoría de las veces lo que más motiva son los objetivos claramente definidos, un liderazgo sano y motivador, el sentirse una parte esencial de la organización y que su trabajo sea reconocido y considerado necesario. Todo esto se puede trabajar en las empresas tanto a nivel de desarrollo de líderes, como en sesiones grupales con sus equipos.

¿Cómo trabaja con directivos?

Principalmente les guío a descubrir sus puntos fuertes y aumentar su valor para la organización. Se trabaja sobre todo el desarrollo de habilidades de liderazgo, gestión del tiempo y resolución de conflictos.

¿Qué beneficios tiene trabajar en un proceso de Equipos de Alto Rendimiento?

Una empresa cuyos trabajadores se sienten a gusto y altamente comprometidos pueden llegar a facturar el triple que si estuviesen desmotivados. Además se consigue implantar una cultura de autorresponsabilidad y liderazgo, una optimización de roles y objetivos del equipo y un plan de acción efectivo. Resultado: un equipo motivado y productivo que hace que la empresa crezca.



Seguimos con **ALAMCIA**, una empresa que ofrece servicios de consultoría y asesoría para empresas, administración pública, emprendedores e innovadores. Hablamos con **Alberto Arroyo**, Coaching profesional y experto en innovación e emprendimiento.

¿Qué servicios ofrece ALAMCIA?

ALAMCIA ofrece servicios de consultoría, acompañamiento y coaching para

empresas, emprendedores, innovadores y organismos públicos. Desarrollamos proyectos adaptados a las necesidades de nuestros clientes, y los apoyamos en los recursos del territorio. No importa donde estén. Queremos estar allí, y apoyarlos en la puesta en marcha de su idea o proyecto.

¿Qué ayudas puede encontrar un emprendedor o un desocupado en ALAMCIA?

ALAMCIA ayuda a los emprendedores a poner en marcha su negocio a través de tres pilares: el pilar valor (mediante el uso de metodologías ágiles como lean startup), el pilar gestión (estableciendo mecanismos duraderos de gestión estratégica y de negocio), y el pilar persona, con herramientas de coaching.

En esto último, les ayudamos sobre todo a gestionar la incertidumbre, pero también a mejorar las habilidades sociales, a desplegar su marca personal, etc.

En cuanto a los desempleados, les apoyamos en aspectos como la mejora de la autoestima, en la autoconfianza, en salir de la zona de confort. A creer en sí mismos. Y a construir su futuro.

¿Por qué elegir ALAMCIA y no otra empresa?

Porque tenemos tres valores de ALAMCIA de los que presumimos, y en los que creemos. En ALAMCIA nos comprometemos, más allá del precio, del plazo y de otros factores. Creemos en las ideas, en los proyectos, y los apoyamos, con los profesionales más adecuados, estén donde estén.

Nuestro éxito es que nuestros clientes se convierten en relaciones a largo plazo, más allá de lo profesional.



Entrevistamos a **Óscar Garzón Díaz**, Coach Profesional Certificado especializado en Coaching Ejecutivo Empresarial y Liderazgo. Es el Creador y facilitador del Método de liderazgo estratégico **LiderMap**.

Óscar, ¿cómo y por qué nace Lidermap?

Yo era tenista profesional y profesor de tenis. Había organizado escuelas de tenis por las que habían pasado más de 10.000 personas. Esta etapa había empezado cuando yo tenía 17 años y, en un momento dado, me di cuenta que había aprendido a desarrollar una fortaleza mental, emocional y psíquica que podía ser de mucha utilidad para líderes empresariales y equipos profesionales de alta capacitación. Ahí nace Lidermap.

¿Y qué te hace pensar que lo que le servía a un tenista también le podía ser de utilidad, fuera de la pista de tenis, a un líder de equipo o de empresa?

Los problemas que veía podían ser extrapolables a los grupos de trabajo dentro de las organizaciones y de los líderes. Casi siempre solía haber un denominador común: muchos problemas se producen a partir de un planteamiento inadecuado sobre la solución de ese problema.

¿Qué tiene de peculiar el método de trabajo de Lidermap?

De una manera gráfica podríamos decir que trabajamos para localizar cuellos de botella en la estructura interna de las empresas. El cuello está en la parte alta... o sea, en la zona de liderazgo de la compañía. A partir de aquí, ni a mí ni a mi cliente nos vale con resolver una determinada sintomatología. Si no se ataca la raíz del problema, los mismos o distintos síntomas volverán a reaparecer al poco tiempo. Mi papel es enseñar a los líderes para que aprendan de sus propios procesos... y esa mejora pueda ser continua. Localizamos inercias, normalmente inconscientes. Este enfoque no es muy conocido en España, pero funciona absolutamente bien.

¿Vuestros clientes tienen alguna manera de cuantificar vuestros resultados?

Según encuestas de nuestros clientes, un 40,31% en eficacia de comunicación de los equipos, un 36,36% en claridad de objetivos, un 31,31% en impulso hacia metas... Estamos muy contentos. **Oscar Garzón y Lidermap** han sido premiados, este año, con la **Estrella de Oro**. Este galardón, concedido por el Instituto para la Excelencia Profesional premia, todos los años, a las mejores empresas y profesionales de España.



Y finalmente nos centramos en el coaching cuántico con **Eva María Arrabal Martín**, Coach Personal y Ejecutivo por el Instituto Europeo de Coaching, certificada por ASESCO, Coach Motivacional, Cuántico y Terapeuta. Es especialista en coaching para superar la timidez. Galardonada por el "Foro Europa 2001" con la Medalla de Oro al prestigio profesional.



Eva María, ¿Qué es el coaching cuántico?

Nuestros conflictos más insignificantes están conectados con los más grandes. Como las Matrioskas. La muñeca grande que vemos, está directamente conectada con la muñeca más pequeña que hay en su interior. Imagina ahora que puedes resolver tus conflictos más grandes, trabajando los conflictos pequeños que tienes a diario. Eso es parte del coaching cuántico.

Algunas de las terapias que tratas son la eliminación de la adicción al tabaco, la superación del insomnio o la pérdida de peso.

Así es. En esos casos trabajo con terapia con PNL y Método Silva que ayudan a "reprogramar" hábitos y pensamientos, así reducimos las sesiones a una en muchos casos.

¿Es posible vencer la timidez?

Rotundamente sí. De hecho, me especialicé en ello porque personalmente superé la timidez en mi adolescencia, que me frenaba para conseguir objetivos importantes para mi futuro.

¿Podemos alcanzar todos nuestros objetivos?

Creo firmemente que sí. Siempre que el cliente sepa definir qué es "realista" para él, no lo que es para los demás, podrá alcanzarlo. También hay que saber diferenciar el pensamiento "no puedo" de "es demasiado sacrificio y no merece la pena", no es lo mismo. El último me lo creo, el primero pocas veces.



Eva María recogiendo la Medalla de Oro del «Foro Europa 2001» en reconocimiento al prestigio profesional, el pasado 15 de Julio.