



Raúl Galleguillos  
COACH ONTOLÓGICO

COACHING

GESTIÓN

# PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE COACHING

LIDERAZGO

CAPACITACIÓN

Escrito por: Raúl Galleguillos  
14.06.10

# PREGUNTAS FRECUENTES

## 1.- ¿De qué dominio se hace cargo el Coaching Ontológico ?

El dominio particular en que funciona, es en el dominio del aprendizaje de los seres humanos. El Coaching Ontológico es un proceso de aprendizaje. Optar por el Coaching no significa suponer que algo anda mal conmigo, sino simplemente reconocer que hay cosas que no sé y puedo aprender.

## 2. ¿Cómo puede ayudarle el Coach Ontológico a Aprender?

El Coach Ontológico es una persona que tiene las competencias y distinciones que otra persona no posee, que acompaña y facilita el aprendizaje en las personas que no saben cómo hacerlo. A esta persona, a la que llamamos coachee (cliente), se entrega desde la confianza y permite que el Coach, durante la conversación, le proporcione una visión diferente de la situación que enfrenta (problema o reto); y a partir de ahí, nuevos cursos de acción. En tal sentido, el Coach Ontológico es un facilitador de los procesos de transformación de otro ser humano, de su proceso de autoconocimiento e invención de sí mismo.

## 3. ¿Cual es la premisa fundamental del Coaching Ontológico?

Es la noción del Observador y en aprender a observar no sólo el acontecer del mundo, sino también el tipo de observador que somos y nuestros juicios, tanto de uno mismo como los demás.

## 4.-¿ Cual es el punto de partida para un proceso de Coaching?

El punto de partida del proceso de Coaching propiamente tal es el quiebre (problema o reto) declarado por el Coachee ante el Coach, en un ámbito de su vida y de la cual no sabe cómo hacerse cargo de ella en el presente.

## 5.- ¿Como puedo solicitar una sesión de Coaching?

Esta se hace mediante la petición por parte del coachee (cliente), vía e-mail, llamada telefónica al Coach, para fijar una hora y sesión de coaching.



## 6.- ¿Cual es el rol del Coachee en el proceso de Coaching?

En el Coaching, si bien el rol del Coach es activo, el que conduce el proceso es el Coachado – la validación del Coaching la proporciona el Coachado (cliente). Es él quién decide, quién opta, quién en último término resuelve. No es posible hacer Coaching sin el permiso del Coachado para conocer el tipo de observador que es.



## 7. ¿ Qué tipo de personas son adecuadas para pasar por un Proceso de Coaching?

En la vida diaria nos enfrentamos a diversas situaciones que afectan nuestro Bienestar, en algunas ocasiones podemos resolverlo nosotros mismos y cuando no es así, tenemos la alternativa de Pedir Ayuda. El Coaching te ayuda a convertirte en un observador más efectivo de ti mismo, de tus acciones (conciencia de sí mismo) y las acciones de los demás. Por lo que las personas adecuadas para pasar por un proceso de Coaching son las siguientes:

- Personas con desconocimiento emocional y las consecuencias de su actuar en otros.
- Personas con ambición de desarrollo personal y profesional.
- Personas con alto desempeño profesional y bajo en habilidades de relaciones interpersonales.
- Personas que quieran Innovar sobre su persona.
- Personas que en sus distintos roles culpan a los demás de sus propios resultados, madre-hijo, marido-mujer, Gerente-colaboradores, Hermano-hermana, por citar algunos.
- Personas que en su rol de Liderazgo no logran dirigir efectivamente un equipo de trabajo.
- Personas que estén transitando por un cambio de estado personal en sus distintos roles, ej: Estudiante a Trabajador, Soltero a Casado, Casado a Separado, Hijo que vive con sus padres a Independiente, Madre(casada) con sus hijos a Madre(separada) con su hijos, por citar algunos.



## 8. ¿Qué no es Coaching?

- Psicoterapia, es más quien necesita terapia no es candidato para coaching. Por ejemplo, una persona con un estado depresivo profundo, no le es posible desarrollar capacidades de coordinación con otros e innovación personal, por lo cual necesita un profesional capacitado para tratar su depresión.

## 9. ¿A quiénes no va dirigido?

- Personas en tratamiento psiquiátrico.



## 10. ¿Qué hace efectivo al Coaching?

Para una persona que busca su bienestar personal como su desarrollo profesional, el coaching es una vía efectiva, ya que ofrece:

**a) Reflexión:** El tomarnos un tiempo para reflexionar sobre nuestro actuar y los resultados que generamos en nuestra vida es un espacio poco desarrollado especialmente en nuestro tiempo. Soy “víctima de la vorágine cotidiana”, “No tengo tiempo”, “en serio, estoy muy ocupado” me ha tocado escuchar. Ahora bien podemos preguntarnos ¿ Quien es la persona que me ocupa el tiempo?, ¿Soy yo el que agendo mis compromisos o es el mundo el que me apremia a cumplirlos?, ¿Conozco mis límites?. El Coaching ayuda a detenerse, observar los efectos del actuar y hablar en la vida del Coachee.

**b) Apoyar la Transformación Personal:** No hay manera de lograr cambios profundos y sostenibles sin pasar por un proceso de transformación personal y para esto el proceso de coaching permite una mayor conciencia y compromiso del Coachee en distintos ámbitos de su vida.

**c) Logro de Resultados:** Para obtener los resultados que quiero en la vida, tanto a nivel personal como laboral es necesario observar mi presente, ¿Qué sucede que mis resultados no son los que espero? Con una mirada



a futuro ¿Cuales resultados quiero obtener? ¿ En qué plazos me gustaría obtenerlos ?, ¿Soy yo o es el resto de las personas que no me dejan lograr lo que espero para mi vida? En el proceso de Coaching diseñamos en conjunto tus resultados, en el ámbito en que al parecer no estás obteniendo lo que quieres para tu vida.

### **11. ¿Cuál es la base emocional del Coaching Ontológico?**

La base emocional del Coaching Ontológico es la aceptación por parte del Coach de su Coachee como un legítimo otro, aceptando su emocioanar en la conversación y acompañandolo en él hacia nuevos estados ánimo, prácticas y resultados.

### **12. Principios Subyacentes del Coach Raúl Galleguillos.**

- Los Seres humanos no somos de una manera determinada (fija) para siempre, estamos en permanente cambio.
- Podemos participar hoy en el diseño de la persona que queremos ser, a partir de reflexionar sobre como aprendimos a observar, comunicarnos y actuar en diferentes ámbitos.
- El Coachee (cliente) siempre es quien decide libremente qué tipo de persona quiere ser, a partir de su compromiso, reflexiones y responsabilidad con su aprendizaje.
- Realizar Coaching Ontológico desde el dominio emocional, que propicie un desplazamiento del Coachee, en su proceso de conciencia de sí mismo.
- Promesa de Confidencialidad de las conversaciones entre Coach y Coachee (cliente) que permita mantener la confianza entre las partes.



**COACHING**

**GESTIÓN**



**INFORMACIÓN**

[www.raulgalleguillos.com](http://www.raulgalleguillos.com)

 @amaecoaching

 Celular: 99172011

 [coach@raulgalleguillos.com](mailto:coach@raulgalleguillos.com)

Av. La Dehesa 1201 • Edificio Norte Of. 402 • Lo Barnechea - Santiago

**LIDERAZGO**

**CAPACITACIÓN**