MIRIAM SUBIRANA

Doctora por la Universidad de Barcelona. Formadora en Indagación Apreciativa certificada por la Case Western Reserve University.

Coach certificada por la ICF.

Autora de libros publicados en varios idiomas. Entre otros: "Indagación Apreciativa. Un enfoque innovador para la transformación personal y de las organizaciones", co-autora con David Cooperrider, Ed. Kairós, 2013; "El poder de nuestra presencia. Una guía de coaching espiritual", Ed. Kairós, 2012.

Fundadora del Instituto IDEIA y del espacio YesOuiSi para la Creatividad, la Espiritualidad y el Coaching.

Miriam Subirana es Thinking Partner y Coach Apreciativa.

También ofrece acompañamiento para quien quiere más que desarrollo personal y anhela la integración, quien busca el sentido. En el acompañamiento incluye meditación, mentoring, creatividad, coaching y diálogo apreciativo. Aporta su experiencia de 35 años de práctica personal y de coaching.

Ha acompañado a cientos de personas en su desarrollo personal y creativo.

www.miriamsubirana.com
info@ miriamsubirana.com

IDEIA
Instituto Diálogos e Indagación Apreciativa

c/ Pelai 44, 6º, 08001 Barcelona
tel. +34 933018195 info@institutoideia.es
www.institutoideia.es

Coaching apreciativo

THINKING PARTNER

MIRIAM SUBIRANA

IDEIA
Instituto Diálogos e Indagación Apreciativa

EL COACHING APRECIATIVO

El **Coaching Apreciativo** se fundamenta en los diez principios de la Indagación Apreciativa. En las sesiones del coaching apreciativo buscamos y nos enfocamos en aquello que queremos más, y no en lo que no queremos.

Desarrollamos la capacidad de visualizar lo mejor de lo que es y lo mejor de lo que queremos. Un coach apreciativo acompaña a las personas a definir qué es lo que quieren ver crecer en sus vidas. Esto potencia el diálogo interior positivo que amplía la capacidad mental y la emocionalidad positiva, facilitando además un mejor liderazgo apreciativo y trabajo en equipo.

Con el Coaching Apreciativo se acelera el proceso de desarrollo personal y profesional de la persona y se libera su potencial creativo, sus talentos y sus competencias.

ETAPAS DEL COACHING APRECIATVO

En el coaching apreciativo seguimos 5 etapas:

DEFINES qué es lo que quieres ver crecer en tu vida.

DESCUBRES las fortalezas y los momentos de plenitud que te dan vida y te impulsarán hacia delante para lograr tus objetivos. Visualizas lo mejor de lo que es y lo mejor de lo que quieres, no lo que no quieres.

SUEÑAS tu ideal ¿cómo podría ser?

DISEÑAS propuestas provocadoras para materializar tu ideal.

Formulas unos compromisos para crear y vivir el **DESTINO** que quieres.

El coach apreciativo se convierte en un **thinking partner** de la persona acompañándola en incluir a todo su sistema en la visión, en la conversación y en diseñar la consecución de sus prioridades. El sistema en Indagación Apreciativa incluye a la persona, sus relaciones, su organización, la comunidad en la que está inmersa y el impacto de la persona en su entorno.

LOS PRINCIPIOS DE LA INDAGACIÓN APRECIATIVA

- **Principio construccionista:** Juntos construimos nuestra realidad.
- **Principio de simultaneidad:** los cambios comienzan en el momento en que planteamos la pregunta.
- **Principio poético:** las organizaciones son libros abiertos, y las personas son sus co-autoras.
- **Principio anticipatorio:** los cambios profundos ocurren al cambiar nuestras imágenes de futuro.
- **Principio positivo:** cuanto más positiva la pregunta, mayor y más sustentable el cambio.
- **Principio de totalidad:** el sentimiento de pertenencia con el todo trae significado y sentido a lo que hacemos.
- **Principio de congruencia:** vivir en el presente lo que deseamos para el futuro.
- **Principio de libre contribución:** las organizaciones se llenan de vida cuando las personas pueden decidir la naturaleza y el grado de sus contribuciones.
- **Principio narrativo:** cómo narramos las historias de nuestra vida influye en nuestro bienestar personal y colectivo.
- **Principio de ser conscientes:** suspender las suposiciones y dialogar siendo conscientes de uno mismo y del otro.