

# FAQ'S



## Qué es la asesoría filosófica /coaching creativo

La asesoría filosófica /coaching creativo es la manera cómo se integra la filosofía a la propia vida a través de formular preguntas, revisar conceptos y focalizar el problema, usando la tradición filosófica occidental para ello. Utiliza técnicas de creatividad (visualizaciones, humor, absurdo, ironía), para liberar al pensamiento de sus limitaciones.

Y como los problemas humanos todos tienen consecuencias mediatas o inmediatas, la filosofía ayuda a considerarlas en el amplio abanico de sus posibilidades. En el ámbito artístico complementa el trabajo creativo para generar una nueva perspectiva sobre la propia obra y las vivencias que la generan.

Lo que hace interesante este tipo de práctica en relación con otras es su carácter absolutamente preventivo y didáctico. Cuando la persona comienza a “conocerse a sí mismo”, ello le proporciona seguridad para la acción mientras ofrece un espacio de reflexión

**Cómo funciona.** Una vez que hemos contactado quedamos para una sesión que puede ser presencial o por Skype. Cada sesión origina unas notas en forma de mapa mental y requiere de un

ejercicio posterior por parte del usuario a fin de completar un libro de viaje (opcional). Estas notas sirven de material para la próxima sesión. En la última se evalúa el resultado en la última. El número de sesiones es de mutuo acuerdo cuya periodicidad (sugerida) es de una vez cada 15 días.

**El código deontológico** (o lo que es lo mismo: qué esperas de mí y yo te puedo ofrecer, que espero de ti y tú me puedes dar).

- Promover y fomentar una actitud crítica del pensamiento y procurar la autonomía de la persona y de la reflexión.
- Utilizar los conceptos filosóficos según la tradición para incorporar diversas perspectivas en el pensamiento.
- Garantizar la confidencialidad siempre y cuando no contravenga la ley.
- Respetar la pluralidad de creencias (religiones, ideologías) y condiciones (etnia, género).
- Aconsejar otras vías de resolución si fuera necesario (interprofesionalidad) y comprometerse razonablemente con los resultados.
- A la solicitud de los servicios ofrecidos tanto los honorarios, como el lugar, los horarios, la frecuencia y la duración serán informados y acordados mutuamente.

## CÓMO FUNCIONA.

- Uso del diálogo filosófico:

Es la indagación a través de preguntas y respuestas sobre alguna situación que se considera problemática. Utilizo un tipo de diálogo que sirve para crear distintos escenarios o perspectivas de un mismo problema y así obtener una visión más amplia y nuevos elementos claves para tomar decisiones o llevar adelante un proyecto. Hago ejercicios de creatividad.

- Planteamiento de las sesiones.

- Comprensión del problema

- Diálogo abierto y sin restricciones para focalizar los puntos problemáticos y posibilidades de resolución (Técnicas de creatividad, humor, absurdo)

-Vinculación de las soluciones a una estrategia filosófica.

-Revisión de los mapas mentales de las conversaciones y de las posibilidades de resolución (uso de la ironía y de los futuribles).

- El lugar y la duración.

El espacio de consulta es abierto. A fin de no patologizar el espacio de reflexión prefiero los espacios naturales de la conversación: un café o un jardín en el cual ambos estemos a gusto, aunque también poseo un despacho para el desarrollo del trabajo creativo. Del mismo modo uso los espacios virtuales como lugar de encuentro (Skype). La duración es de 60 o 90 minutos.

## CUÁNDO ACUDIR

En todos aquellos casos en los que un cambio imprevisto o una decisión importante requiera la reflexión calmada. La asesoría filosófica/o coaching creativo puede ayudar a reinterpretar las nuevas condiciones vitales y con ello ayudar a cambiar los antiguos esquemas y valores de manera coherente.

En ocasiones en las que hay bloqueos creativos, dificultades para encontrar un proyecto que se adecúe a nuestras expectativas y valores (misión y visión)

Este tipo de práctica también se puede aplicar a grandes grupos (organizaciones, partidos, grupos de apoyo o fundaciones) para discutir abiertamente los fines, misión o visión del grupo y así alcanzar una nueva inspiración (a través del inspirational speaking).

## QUÉ ESPERA USTED DE MÍ Y YO LE PUEDO OFRECER

*Clarificar los objetivos personales.* Cada cual tiene un lugar en este mundo y ha de vivirlo de manera enriquecedora y activa. Se trata de encontrar tu compromiso y tu proyecto.

*Potenciar las capacidades creativas.* Todos somos creativos, todos podemos inventar un mundo de la nada, pero a veces sucede que no tenemos la fuerza o el convencimiento de nuestras capacidades; hay

quienes llaman a este vacío falta de inspiración. Se trata de promover un diálogo interesante para los creadores a fin de proponer distintas perspectivas para llevar adelante sus proyectos.

*Posibilitar el diálogo entre las personas.* Cuando las personas no se entienden hay que encontrar herramientas para ayudar a entablar los diálogos de forma comprensiva y global, explicar los distintos puntos de vista, las creencias, las culturas o tradiciones que yacen detrás de los juicios y orientar a algunas de las partes hacia una escucha más activa.

*Apoyo en los momentos críticos.* En los momentos difíciles es cuando más ayuda necesitamos y una ayuda inteligente puede marcar la diferencia. Se puede enfocar una crisis como un paso necesario para el crecimiento y la comprensión de la realidad de una manera más lúcida.

*Ayuda en la toma de decisiones.* Para decidir hay que abrir las perspectivas, contemplar el posible futuro desde el presente y el presente posible desde el futuro. Usaremos técnicas de prospectiva para llegar a conclusiones sorprendentes.

*Atención vocacional.* Sea como estudiante o profesional, nuestra vida productiva puede haber sido encauzada de buen modo, pero a veces surgen imprevistos tales como la pérdida del empleo, o descubrir que se tienen nuevas inquietudes. Con esta práctica se proporciona un espacio para examinar detenidamente las propias posibilidades, expectativas y proyectos.

