

Círculos de coaching para el abordaje de un caso

N°	Tiempo	Proceso
0	2 min	Seleccionar a la personas aportadora del caso y a el/la gestora de tiempo.
1	15 min	Descripción de la intención de parte de la personas aportadora del caso. <i>Tomate un momento para reflexionar sobre tu tema, problema, conflicto o proyecto. Después aclara las siguientes preguntas para vos misma(a) y comparte el caso con el círculo:</i> - Situación/problema/posibilidad/proyecto actual: ¿Qué desafío clave o pregunta quieres abordar? - Actores claves: ¿Cómo podrían otros actores ver esta situación? - Tu intención, tu objetivo: ¿Qué quieres lograr? ¿Qué futuro quisieras crear? - Tu desafío, tu umbral de aprendizaje: ¿Qué necesitas soltar? ¿Qué necesitas aprender? - Apoyo: ¿En qué necesitas insumos o apoyo? <i>Los coaches escuchan profundamente y pueden hacer preguntas de aclaración. ¡No den consejos!</i>
2	3 min	Silencio (cierren los ojos) - Escucha tu corazón: conecta tu corazón con lo que estás escuchando. ¿Qué imágenes y sentimientos surgen ahora desde dentro de mí? - Escucha lo que resuena: ¿Qué imágenes, metáforas, sentimientos y gestos surgen y que captan la esencia de lo que has escuchado? ¿Qué preguntas surgen en tu cabeza?
3	10 min	Mirarse en el espejo a través de cada coach: imágenes (mente abierta), sentimientos (corazón abierto), gestos (voluntad abierta) - Cada coach comparte los sentimientos, imágenes, metáforas y gestos que surgieron en el silencio o mientras estaba escuchando la historia del caso. - Una vez que la persona aportadora del caso ha escuchado a todos las y los coach, reflexiona y da retroalimentación sobre lo que ha escuchado.
4	20 min	Diálogo generativo: conversación para crear enfoques de solución - Todas y todos reflexionan sobre las observaciones y declaraciones realizadas por la persona aportadora del caso y avanzan hacia un diálogo generador sobre como estas observaciones pueden ofrecer nuevas perspectivas sobre la situación y el viaje de la persona aportadora del caso. Los coach pueden hacer preguntas para profundizar la comprensión. - La persona que aporta el caso reflexiona sobre imágenes y emociones que le provoca el asunto. - Vaya con el fluir del diálogo. Construya sobre la base de las ideas de otros. Manténgase al servicio de la persona aportadora del caso sin presión de resolver o reparar su desafío.
5	5 min	Comentarios de cierre - De parte de los coaches: ¿Cuál es el tema en sí de lo que se trata? (diagnóstico) ¿Qué solución o actuación propongo yo? - De parte de la persona aportadora del caso: ¿Cómo veo yo ahora mi situación y cómo camino hacia adelante? ¿Qué nuevas miradas / respuestas me aportan estas contribuciones? ¿Cómo puedo implementar/combinar esas ideas? - Agradecimiento y reconocimiento: Una expresión de aprecio genuino a cada uno(a).
6	3 min	Escritura individual en mi diario para captar los puntos de aprendizaje.