



MIRIAM SUBIRANA

THINKING PARTNER

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,
el último: El poder de nuestra presencia. Una
guía de coaching espiritual. Ed. Kairós, 2012
Fundadora 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

COACHING APRECIATIVO

THINKING PARTNER

MIRIAM SUBIRANA

Espacio YesOuiSi

c/ Pelai 44, 6°

08001 Barcelona

tel. +34 933018195

info@miriamsubirana.com

www.miriamsubirana.com

EL COACHING APRECIATIVO

El **Coaching Appreciativo** se fundamenta en los diez principios de la Indagación Appreciativa. 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 Appreciativo se acelera el proceso de desarrollo personal y profesional de la persona y se libera su potencial creativo, sus talentos y sus competencias.



LAS ETAPAS DEL COACHING APRECIATIVO

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 Appreciativa 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 constructorista:** 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.