

Síntesis del Taller:

Las Claves sistémicas para un 2023 Exitoso

El 20 de diciembre 2022 dimos un taller sobre las Claves sistémicas para un 2023 exitoso.

Agradecemos los números participantes y vuestra implicación en los ejercicios prácticos. Agradecemos la presencia de los coach sistémicos que se formaron con nosotros cada vez se hace más grande nuestra comunidad de Coach-Sistémico Anse-Metasyteme.

En este taller de 1h hemos visitados 3 claves sistémicas:

- El resultado sistémico a través la línea de llegada.
- La consciencia sistémica al servicio de tus acciones.
- La noción de Fractal para tu éxito.

En esta síntesis te proponemos visitar estas 3 claves sistémicas a través los ejercicios que hemos propuesto a los participantes y podrás tu también hacerlos para un 2023 exitoso.

I – El Resultado Sistémico a través la línea de llegada.

a) El título de tu objetivo para 2023

Este primer ejercicio consiste en poner un título a tu objetivo.

Cuando uno define por sí mismo su título, desde el enfoque sistémico es interesante tener una mirada del todo ver como en las palabras, la postura, el tono de voz, las resonancias entre el sistema compuesto del coach y cliente influyen positivamente al objetivo. Mirar en definitiva cual es la relación del todo del cliente con su objetivo.

El impacto de la forma de plantear un objetivo influye el éxito o no del objetivo. Por ejemplo, a través lo que hemos visto en el taller de ayer:

Para 2023 quiero ponerme en acción para hacer un video de marketing viral es distinto decir *En 2023 me veo y me siento libre lo que me permitirá dedicar x tiempo a mi familia, a mí misma y en seguridad económica.*

En 2023 quiero ser mas feliz es distinto decir *En 2023 vivo el Amor con una pareja que me Ama y me respeta.*

En 2023 quiero tener un puesto de gerente es distinto decir *En 2023 la gente dice es Mi Gerente.*

En la primera parte la persona lo dice desde el “tengo que”, “debo que”, desde el esfuerzo, desde una mirada que te demuestra todo lo que tendrás que hacerlo para lograrlo, hasta tus sufrimientos y lo que quizás le costará soltar. Se dice aquí que uno se posiciona en su línea de salida.

En la segunda parte de la frase es el contrario te posicionas en tu línea de llegada, entonces en la acción, en lo concreto, en lo pragmático, en el resultado, en la visualización, no estas en la mente estas en la concretización. Tu cerebro ya lo ha logrado. Es mucho más motivador y potente para el logro de tus objetivos.

Claro como lo dijimos en la introducción estos ejercicios son un extracto de todo lo que se ve en la formación de coach sistémico (Escuela Internacional Anse-Metasyteme de Alain Cardon). Representan también talleres que pueden hacerse durante 2 días o más con un equipo, una organización.

Por ejemplo, se hubiese poder profundizar temas como:

- La visualización del objetivo a 2023 y también a 2030. Es jugar con la línea del tiempo poniendo el futuro en 2030 lo que pone 2023 en el presente y hoy en el pasado.
- Con el enfoque sistémico el coach escucha la postura de su cliente, la música de las palabras de su cliente (verbos, que palabras esconde, dice, no dice...) y si es un equipo la forma de las palabras entre ellos, de las posturas de cada uno, del sistema global.
- Las resonancias y reflejos dentro del sistema coach-cliente.
- ...

b) El segundo ejercicio consiste en definir acciones distintas.

Esta forma de poner el Resultado en la línea de llegada, de escuchar su propio sistema permite al cliente plantear nuevas acciones distintas que no había pensado a través una mirada de la línea de salida.

Igual el coach sistémico enfoca su escucha sistémica en el tipo de estas acciones:

¿Son acciones nuevas, que lo remueven, que descubre por primera vez, que le permite pulir su objetivo y el resultado medible?

Igual el coach sistémico escucha el todo del sistema del cliente.

II – La Conciencia sistémica al servicio de tus acciones.

Para un coach sistémico la conciencia sistémica esta siempre presente, sigue a lo largo de su vida.

Nos gusta definir la conciencia sistémica por esta frase: el azar no existe. Todo lo que ocurre dentro de un sistema es por algo y este todo se puede poner al servicio del cliente y en este caso de su objetivo y los resultados que quiere lograr.

Esta parte es un ejercicio que consiste en romper paradigmas, en crear una nueva consciencia sistémica. En este ejercicio se crean nuevos caminos holísticos.

Esto se crea a través de una pregunta: Poniéndote desde la línea de llegada ¿Cuál resultado último, totalmente loco, imposible, que te da vergüenza decirlo, que te da a la vez susto y te inspira que podrías lograr? Es de tanto grande, casi absurdo que una vez logrado después es el gran vacío porque no hay nada más que puedes lograr.

El coach sistémico acompaña este tipo de pregunta para que todo lo que plantea su cliente lo haga borrando su pasado con la estrategia que su pasado no sea su marco de referencia, para que lo plantea como si naciera hoy.

Eligiendo los 3 ejemplos de arriba lo último sería, por ejemplo:

- Soy libre 24h al día, disfruto de cada instante y gano el triple de mis ingresos.
- Con mi pareja construimos proyectos de Amor como crear una familia, viajar, luna de miel todos los días, teniendo los dos nuestros momentos juntos y solos y respetando cada uno los tiempos del otro.
- Mas que ser gerente de la compañía, soy un ejemplo de liderazgo para cada uno de los colaboradores de la empresa, desarrollamos juntos un ambiente de emprendedores amistosos y eficientes.

Este tipo de ejercicio que proviene de la profunda herramienta sistémica Breakthrough permite crear nuevos pensamientos, salir de la caja, darse cuenta de su marco de referencia ampliarlo para crear una nueva consciencia sistémica.

Después de este ejercicio, igual el cliente (persona o equipo) decidirá de las nuevas acciones que quiere plantear.

Lo lindo de este ejercicio es que se puede hacer en 15 minutos y se puede profundizar con una persona, un equipo durante 2-3 días. El objetivo de esta parte es tomar consciencia del todo que uno puede hacer. Es como un coche, saber hasta cual velocidad máxima puede ir. La idea no es de estar siempre a esta velocidad es de saber que existe y sobre todo cuánto es este máximo.

Es a través de estos tipos de ejercicios que una persona, un equipo, una organización, logra resultados extraordinarios. Lo puede hacer porque crea una nueva consciencia sistémica.

III – La noción de Fractal para tu Éxito.

Lo fractal es una noción que se usa constantemente en el enfoque sistémico, de hecho, hace parte también de la consciencia sistémica y es nuestra filosofía.

Lo fractal es un fragmento, una parte del sistema que puede representar el todo del sistema.

Por ejemplo, una reunión de un equipo puede ser un extracto de lo que es el sistema global. Si esta reunión comienza con retraso y termina con retraso, se puede imaginar que los proyectos

de este equipo y quizás de la compañía, también, terminan con retraso y siempre necesitan más presupuesto.

Otro ejemplo: la forma de decir “buenos días todos los días” puede ser la forma de esta persona o de este equipo de inclusión, de acoger a las nuevas personas dentro de su familia, de su entorno, de un equipo.

Por ejemplo, este taller es un fragmento, un fractal de lo que es la formación de coach sistémico y se ve cómo actúan juntos Evelyn y Claude. Por ejemplo, cuando uno interviene, el otro escucha el sistema y comparten juntos delante de las personas de lo que están viviendo.

Entonces, si el fractal es un reflejo del todo, también uno lo puede experimentar, vivir, y porque sí, pulirlo hacia los resultados extraordinarios.

Una vez que el objetivo está definido con resultados medibles, concretos desde la línea de llegada, una vez que planes de acciones distintos y extraordinarios estén definidos, una vez que te sientes en este estado de mezcla entre sonrisa, orgullo, ánimo, miedo que te gustan, que te sientes como este niño justo al momento de tirarse al agua y que sabe que una vez que se va a tirar solo será felicidad, entonces sólo una vez que estés en este estado puedes hacer este último ejercicio.

Cogiendo los 3 ejemplos de antes: de ahora hasta el final del año vas a experimentar como si fueses totalmente libre de todo o como si vives el amor total o como si fueses ya gerente. Y todo lo que haces lo haces desde esta postura.

Cuando decimos todo es todo: desde que te levantas, desde que te vistes, desde que desayunas, desde que hablas con tu pareja, hijos, familia, compañeros, vecino. Desde que manejas tu coche, desde que entras a la oficina. Desde que te acuestas. ¿qué haces de distinto con esta nueva postura?

Lo haces y lo anotas. Durante estos días vas a experimentar lo que te funciona, lo que sueltas porque al final no te gusta, lo que vas a ampliar y así estás listo cuando llegue tú 2023.

IV – Conclusión.

En la medida que uno quiere plantearse un objetivo es un ejercicio que se hace en cualquier momento del año. Lo usamos en este momento del año porque le da sentido, pero tiene sentido a varios momentos del año.

Claro esta síntesis es un fractal de la formación de coach sistémico, en la formación pasamos varios días en este tema.

El coaching es acompañar nuestros clientes a lograr con éxito sus resultados medibles y concretos.

Solemos definir el coaching sistémico con este esquema:



La próxima edición comienza en enero 2023. Nos quedan algunos cupos.

Todo es sistémico, vivimos un momento importante de transición en el cual el emprendimiento es una clave hacia otro mundo, un mundo más responsable, un mundo más altruista, un mundo que avanza hacia otros resultados compaginando el justo equilibrio entre resultados extraordinarios, distintos y relaciones más humanas, más abiertas, más holísticas.

Si quieres permitir a tu equipo, a tus clientes que logren estos tipos de resultados medibles, concretos, extraordinarios, hacer parte de nuestra comunidad y formarte más que como coach sistémico como un agente de cambio para este nuevo mundo que estamos creando, contáctanos directamente.

Hoy es a nosotros.

El poder está en la acción.



Evelyn y Claude



Evelyn Muñoz R.
Coach Sistémico de Organización
Coach Ontológico Ejecutivo/ Coach PNL
Directora de Anse Chile
Directora NewOak Consulting

✉ sistemicocoach@gmail.com
☎ +56 9 7408 3342



Claude Arribas.
Master Certified Coach
Coach Sistémico
CEO Anse

✉ claudio.arribas@anse.fr
☎ +33 682 69 70 83

Efficacité et Performance Commerciales

23, rue de la Croix de Reboul - Agglomération de Montpellier - 34160 Sussargues
Tél.: 04 67 86 10 04 - Mobile : 06 82 69 70 83 - e-mail : claudio.arribas@anse.fr - www.anse.fr
SARL au capital de 7 500 € - Siret : 447 624 297 00019 - APE : 7022Z