

L'entrevista
Magda Galvez conferenciant motivacional i especialista en 'coaching' de vida



Lluís Martínez

“És difícil confiar en algú a qui no pots mirar als ulls”

El coach és un psicòleg?

Ajuda que ho sigui, però no necessàriament. En canvi, sí que és un expert en actuació de les persones.

No acabo de veure la diferència...

La psicologia mira més aviat cap enrere. Què ha passat que m'ha portat al lloc on sóc? El *coaching* mira cap al futur. Què farem? On vull anar? On sóc i què vull ser?

Però què fa exactament el coach?

És una persona que guia. No que aconsella, perquè no li diu a la persona el que ha de fer. Però sí que l'ajuda a prendre consciència. La fa reflexionar i adonar-se de fets i situacions de les quals potser aquella persona, per ella mateixa i sola, no aconseguiria prendre consciència.

Per a qui està pensat?

El *coaching* és per a tothom. En especial, està pensat per a aquelles persones en què hi ha diferències entre la seva vida actual i la que els agradaria tenir.

Però un no sempre és lliure per prendre decisions. En la vida hi ha molts condicionants...

Nosaltres creiem que tot és possible. Només cal veure la manera com es poden fer realitat els desitjos i els somnis.

Però el coaching és una nova moda, oi?

No ho és. A Catalunya i Espanya porta sis anys, gairebé set. Als Estats Units, trenta. Una moda no dura tant. El *coaching* perdura perquè té resultats amb les persones i les empreses amb qui treballa.

Quines aplicacions té el coaching a l'empresa?

Per exemple, si a un executiu l'ascendeixen i vol adquirir habilitats des del seu nou lloc. O si una persona pateix estrès, o no té prou capacitat per delegar. També s'utilitza per desenvolupar la feina en equip...

Les persones que no deleguen són insegures?

Jo no generalitzaria. Això pot respondre a molts motius.

Quin diagnòstic faria? Un executiu que treballa dotze hores i no se'n va ni amb aigua calenta...

Com he dit, pot haver-hi molts motius. Potser desconfia de les habilitats dels altres.

Per què és difícil trobar persones en qui confiar?

Perquè no abunda la comunicació personal. És difícil confiar en una persona a qui no pots mirar als ulls.



CRISTINA CALDERER

PERFIL El *coaching*, un terme que prové del món esportiu (vol dir *entrenament*), és un procés mitjançant el qual el *coach* i el client (persona o grup) busquen el camí més eficaç per aconseguir uns objectius utilitzant els propis recursos. **Magda Galvez (Granada, 1961) és coach des de fa més de set anys. Com feia Sòcrates a l'antiguitat, la seva feina consisteix a treure de cada persona el millor d'ella mateixa. Magda Galvez dirigeix, a més, la web Portal del Coaching.**

Què aporta el coaching en moments de crisi?

Molta més tranquil·litat. Examinar els fets des d'un altre punt de vista. Que no aparegui més estrès. Veure quines coses es poden fer i acceptar millor la realitat.

La gent només treballa per diners?

La majoria, no. Hi ha altres coses importants: els valors, sentir-se content amb el que fas, que t'ompli interiorment. Jo he tractat casos d'executius d'alt nivell que guanyaven molts diners i que han canviat de feina perquè el que estaven fent no els omplia.

Guanyar menys i viure millor?

Per descomptat. Però no és l'únic consell. Què li agrada fer? En quina àrea es vol desenvolupar? Què l'omple? Quin camí vol seguir?

Sóc un alt executiu. Què puc fer perquè hi hagi bon ambient a la meva empresa?

Faci que els equips estiguin ben cohesionats i que hi hagi una comunicació efectiva. Tingui en compte els altres i confii en les seves habilitats. Delegui. La feina en equip és genial. Si no n'hi ha, la trobarà a faltar. Quan cadascú va a la seva, els resultats parteixen. Quan tothom va a l'una, són òptims.

Hi ha crisi i les relacions laborals s'enduriran. ¿El coaching serà útil o es veurà com una pèrdua de temps i diners?

El *coaching* ajuda sempre. És un suport indispensable a nivell d'empresa i a nivell personal. Les persones desitgen ser més felices i tenir més qualitat de vida. Amb crisi o sense.

Què diria als que no creuen en el coaching?

Que ho provin i vegin que és un procés efectiu. Segur que canviaran d'opinió.

“**Nosaltres creiem que tot és possible. Només cal veure la manera com es poden fer realitat els desitjos i els somnis**”

Realment és efectiu?

Per descomptat. A més, si després de quatre sessions una persona no obté resultats el que ha de fer és canviar de *coach*. Els resultats són ràpids i verificables perquè el *coaching* treballa per objectius.

He sentit a dir que el coaching està relacionat amb la programació neurolingüística. Com?

La programació neurolingüística és una eina del *coaching*. No és el mateix, però també tracta de l'excel·lència de l'ésser humà. De com modelar les habilitats, les virtuts d'una altra persona. És una gran eina.

Però en què consisteix exactament?

És la manera com nosaltres podem crear la nostra realitat a través de les paraules.

Això té a veure amb els llibres d'autoajuda...

L'autoajuda, el *coaching*, la programació neurolingüística, la transformació personal... tot té a veure. Són eines perquè la persona vagi des d'una realitat actual amb la qual probablement no està satisfeta fins a una altra que li agradi.

DE FIL DE VINT

Els pecats

Isabel-Clara Simó

Esriptora



Segons he pogut saber per L'Osservatore Romano, els confessors han fet un treball de camp sobre els pecats, i han observat que homes i dones pequen diferent. Diuen que el pecat més recurrent entre els homes és la luxúria, seguida per la gola, la mandra, la ira, la sobergueria, l'enveja i l'avarícia; en canvi el pecat predominant entre els dones és la sobergueria, i després ve l'enveja, la ira, la luxúria i la mandra. A més, la Santa Seu ha afirmat que als pecats tradicionals s'hi han d'afegir els pecats "moderns": la modificació genètica, els experiments amb persones, la contaminació ambiental, la possessió o venda de drogues, la injustícia social, produir pobresa i la cobdícia financera.

Em temo, però, que, des d'un punt de vista acadèmic les conclusions no són científiques, perquè l'univers de discurs sobre el qual actua l'estudi són els catòlics italians practicants, i deixa la resta del món amb horribles vicis no avaluats. També em temo que el subjectivisme del confessor influeix en els pecats confessats: si la primera cosa que li pregunten a un home és "quantes vegades", i la primera cosa que adverteixen a les dones és que obeeixin el marit (cosa que elles no fan, conclouen, per la seva sobergueria), les respostes varien en l'atribolat pecador que demana l'absolució. Ara bé, els pecats "moderns" no són a l'abast del gran públic. La cobdícia financera és ben lluny del paleta o del porter de finques, però vés a saber si, subliminalment, la Santa Seu està fent un avís als responsables de la Comunidad de Madrid i a la seva cap. O potser és un càstig de déu nostresenyor a Francisco Camps per la contaminació lingüística de fer-se dir Francisco, per enveja dels forasters.