

## Julio Marco Barroso, coach

### El coaching, un método para afrontar el futuro

*No es un terapeuta, ni un consultor y tampoco da consejos, el coach es quien dirige, instruye y entrena a una persona o a un grupo de ellas, con el objetivo de conseguir alguna meta o de desarrollar habilidades específicas. Este es el caso de Julio Marco Barroso, coach desde hace más de diez años en España, quien ha trabajado con directivos de grandes compañías multinacionales y también con farmacéuticos, profesionales a quienes presta sus servicios a través del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid (COFM). Con un amplio bagaje académico, Julio Marco está certificado por la International Coaching Federation ICF.*

#### **E**n qué se basa la filosofía del coaching?

Se trata de una metodología de desarrollo y aprendizaje personalizado para ayudar a construir la vida que cada uno quiera vivir. Pero de una manera singular porque el coaching no se enseña, se aprende mediante un proceso participativo en el que la persona se va autodescubriendo para luego actuar. Se ha demostrado que la metodología del coaching, por la implicación y el compromiso que requiere del cliente o coachee, es la que mejores resultados consigue a nivel personal y profesional. Durante este proceso, el coach te desafía con el objetivo de transmitir la seguridad y confianza necesaria para alcanzar la meta deseada, proponiendo planes de acción estimulantes y alcanzables.

#### **¿Qué ventajas aporta el coaching?**

Esta metodología ayuda, sobre todo, a mejorar la calidad de vida de las personas. Aporta una visión completa de la misma, incidiendo sobre el trabajo o el equilibrio interno de la propia persona. En general, tendemos a infravalorarnos, pero somos >>>



Julio Marco Barroso, coach que colabora con el COFM.

>>> mucho mejores de lo que creemos y estamos llenos de recursos que logramos descubrir utilizando el coaching. Mediante esta técnica se consiguen una serie de resultados extraordinarios que permiten aumentar la confianza en uno mismo. También ayuda a mejorar la comunicación y las relaciones personales, a controlar el estrés o a desarrollar la Inteligencia emocional. En definitiva, refuerza el pensamiento positivo.

### ¿Quién debería aplicar esta técnica?

Todos somos candidatos, cualquier persona que se encuentre en proceso de cambio, personal o profesional, viva una situación de crisis o desee desarrollar nuevas habilidades. También deben aplicar el coaching quienes deseen cambiar la cultura de empresa o desarrollar su inteligencia emocional. Además, se recomienda para mejorar la confianza y la autoestima, controlar miedos o tomar conciencia de lo que se quiere lograr. En definitiva, es apto para cualquier profesional que deba afrontar los riesgos laborales diarios, puede ser tan útil para un farmacéutico o un directivo de una gran empresa.

### Desde el punto de vista empresarial, ¿qué oportunidades aporta este método?

Se trata de una herramienta de alta precisión, ya que es más individualizada que ninguna otra; además, el directivo participa activamente en su propio aprendizaje y desarrollo transformacional, por lo que los resultados tanto en las empresas como en las personas son muy efectivos.

Las empresas han aprendido que unos empleados motivados, comprometidos y satisfechos a todos



*"El futuro de la farmacia pasa por reinventar la profesión y adaptarla al nuevo contexto para incrementar la rentabilidad"*

los niveles, producen resultados de alto nivel. De poco sirve tener muy buenos productos y empleados técnicamente preparados, si luego éstos no están comprometidos con la empresa porque no hay confianza ni comunicación. Es aquí donde trabaja el coaching, en las actitudes y en los comportamientos de las personas. Y estos cambios necesitan habilidades de Inteligencia emocional, que el management no ha desarrollado. El

coaching hace que la empresa sea un lugar mucho más atractivo para trabajar, crea un entorno seguro, aumenta la fidelización de los empleados, ayuda a retener el talento e incrementa la rentabilidad de la misma. Se habla de, hasta un mínimo de ratios, de seis veces la inversión.

### ¿Qué puede ofrecer el coaching al farmacéutico?

En mi opinión, la mejor manera

*"El coaching hace que la empresa sea un lugar mucho más atractivo para trabajar, crea un entorno seguro y aumenta la fidelización de los empleados"*

que tienen los farmacéuticos para afrontar la situación que está viviendo el sector es convertirse en auténticos coaches. La crisis económica y social que estamos atravesando, también le está pasando factura al sector farmacéutico. En los últimos años, el perfil del farmacéutico ha tenido que evolucionar y amoldarse a la nueva situación para sobrevivir. Ha pasado de trabajar en un mercado protegido y estable, a tener que realizar labores no sólo como profesional sanitario, sino además debe gestionar personas, controlar stocks, optimizar espacio, elaborar planes de marketing financiero, informáticos, etcétera.

Mi experiencia formando y entrenando farmacéuticos, principalmente a través del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid, me ha acercado a la realidad de este sector y he podido observar como aflora el desencanto, el desánimo, la desmotivación y, lo que es mucho peor, la resignación. Son sentimientos que hacen imposible ver las oportunidades que ofrece el futuro. Y esto, en un sector que es de los que más aportan y contribuyen socialmente, no se debería permitir. Por eso es fundamental ayudarles a realizar un cambio de actitud y reflexionar sobre el contexto que nos rodea. En este punto debemos valorar nuestra opción ante la mala situación económica, optar por el cambio y trabajar de manera distinta.

El futuro de la farmacia pasa por reinventar la profesión y adaptarla al nuevo contexto para incrementar la rentabilidad. Son necesarios farmacéuticos dispuestos a aceptar nuevos desafíos, nuevos modelos de negocio.



**¿La crisis ha generado una mayor demanda del coaching?**

La crisis nos está llevando a un estado de ansiedad y pesimismo contagioso para el que nuestro cerebro no se encuentra preparado porque, para operar al cien por cien, necesita seguridad, confianza, certidumbre, y control. Y para conseguir todo esto debemos empezar a trabajar en nosotros mismos.

Es complicado, pero si no nos gus-

ta nuestra realidad debemos aprender a cambiarla y, eso sólo depende de nosotros. No sirve tanto quejarnos como buscar soluciones y, para ello, es fundamental el asesoramiento de un profesional que nos ayude a buscar nuevas alternativas y soluciones. Y para eso lo mejor es el coaching porque con la crisis el tiempo es un lujo que no tenemos. □

**CHARO TABERNERO**