

Ser Counsellor Humanista Integrativo: una profesión con muchas oportunidades

En este artículo describo las distintas rutas profesionales que se abren tras formarse como Counsellor Humanista Integrativo. Rutas que a veces transcurren paralelas pero que en otras ocasiones se cruzan y complementan. Las ideas y opiniones que presento están basadas en mis experiencias en estos últimos años y las comparto aquí porque me encantaría que cada vez fuéramos más los que trabajásemos con este modelo.



Maripaz Madrid Serrano
Counsellor Humanista Integrativo
y Gerente en Telefónica



Como sabéis, hay muchos artículos que hablan sobre el Counselling, qué es, sus distintos enfoques, sus beneficios o cómo trabajar en este modelo terapéutico. En este espacio yo quiero centrarme en la figura del Counsellor, una de las personas que están detrás de esta relación de ayuda, y especialmente del Counsellor Humanista Integrativo, modelo en el que me he formado y confío.

Ser Counsellor o asesor psicológico, es una profesión en sí, permite a los titulados universitarios que no sean médicos o psicólogos, trabajar terapéuticamente con personas tras una formación específica y compleja. El Counsellor les acompaña a resolver sus conflictos personales, a contactar con sus necesidades y emociones, y a crecer en autonomía. Esta labor se puede desarrollar en distintos entornos, los más conocidos son los gabinetes privados y los centros sanitarios especializados.

Pero esta formación también puede mejorar y complementar otras carreras profesionales o permitir explorar otras vías laborales menos conocidas. Yo quiero centrarme en estas últimas opciones principalmente ya que hay muchas oportunidades que quizás están poco reconocidas o ensalzadas, al menos en nuestro país.

Imaginemos una persona que ha iniciado su vida profesional en un área relacionada con la Comunicación, o el Diseño, o el Marketing... Y poco a poco se ha ido dando cuenta de que la parte técnica le interesa menos y su auténtica vocación es estar al lado de las personas. Ha dedicado su esfuerzo y tiempo, a crear equipos, a ayudar a crecer profesionalmente a sus colaboradores, a ser mentor de los jóvenes, a apoyar a los veteranos desmotivados e incluso a ser el

pañuelo de lágrimas de sus compañeros y jefes.

Todas estas labores suponen un gran esfuerzo personal pues cuando nos acercamos a las personas honestamente y con respeto, descubrimos que hay que implicarse si queremos serles realmente útiles. Estas personas valoran la cercanía, la escucha o simplemente que estemos ahí, pero a veces nos encontramos con situaciones complicadas, donde a pesar de poner la mejor voluntad, comprendemos que no tenemos herramientas ni mecanismos para hacerlo bien. Nos damos cuenta de que podemos caer en un desgaste personal o en un deseo de “salvar” poco sano.

Es en este punto cuando nos podemos plantear el formarnos para seguir haciendo este trabajo con seguridad y protección. Seguridad, porque entenderemos qué está ocurriendo y tendremos las habilidades y la disposición adecuada para acompañar, y protección, tanto para nuestros “asesorados” pues estarán en manos de personas cualificadas, como para nosotros, ya que aprenderemos a cuidarnos.

Yo lo hice, decidí cursar el Máster de Counselling Humanista Integrativo en el Instituto Galene y esto fue un cambio gigantesco en mi forma de entender mi trabajo. Os cuento mi experiencia.

El máster supuso dos años intensos y apasionantes. Inicié nuevas formas de relación y contacto que no conocía, y aprendí a ser un Counsellor Humanista Integrativo: su talante, la importancia del vínculo como base de la relación terapéutica, la aceptación incondicional que necesitan nuestros clientes, ...en definitiva, todo lo que necesitaba para sentirme preparada para acompañar a las personas.

Todo esto ha sido posible gracias a un modelo de enseñanza basado en la prác-

tica y el respeto, donde aprendemos a superar nuestros propios miedos a la hora de trabajar con algo tan preciado como son las personas, con sus sufrimientos y sus desconocimientos, con sus anhelos y su deseo de felicidad, y donde nosotros, los terapeutas, también somos importantes y valiosos.

Yo a la vez, empecé mi terapia personal y con ella a profundizar en mí, mis conflictos, mis necesidades, mis bloqueos y mis ilusiones. Y así inicié el proceso de entenderme, aceptarme y crecer hacia mi autonomía personal, dónde soy más yo. Esto me ha ayudado a resolver mis problemas y distinguirlos de los de mis pacientes.

Durante el máster, empecé a trabajar en mi empresa con mis colaboradores de una forma distinta: sintiéndome segura y con un montón de técnicas. Podía afrontar de forma muy distinta situaciones profesionales y personales, acompañándoles a que entender qué les ocurría y a que pusieran en marcha sus recursos para cambiar lo que quisieran cambiar. Recuerdo el caso de una persona que no se sentía capacitada para realizar nin-

“Facilitar talleres de crecimiento personal o de mejora de las relaciones interpersonales, acercarse a los más desfavorecidos o apoyar a colectivos con problemas sociales o con enfermedades crónicas, colaborar con equipos de salvamento, son otras áreas de intervención que además de abrirnos una trayectoria laboral, nos enriquecen como personas ”

guna actividad y tras entender qué le ocurría, pude trabajar con ella durante un periodo ayudándola a identificar sus fortalezas, a prepararse y a sentirse útil realizando una labor productiva.

Con esta formación, los líderes y jefes tienen la capacidad de impactar en sus empleados provocando cambios en ellos que repercutan en su bienestar personal y en la relación que tienen con su trabajo y sus compañeros, y esto trascenderá en sus resultados.

Pero ¿y el tiempo para llevar esto a cabo, para poder atender a las personas con la dedicación que necesitan?

“ Con esta formación, los líderes y jefes tienen la capacidad de impactar en sus empleados provocando cambios en ellos que repercutan en su bienestar personal y en la relación que tienen con su trabajo y sus compañeros, y esto trascenderá en sus resultados ”

Esto me llevó a reflexionar sobre la importancia de tener figuras especializadas en las empresas y organizaciones. Personas con tiempo y adecuadamente preparadas para trabajar con los empleados de una forma más profunda. No olvidemos que mientras estamos con miedo no somos capaces de desarrollarnos, solo de sobrevivir, y muchas personas perciben el trabajo como un entorno hostil donde se pueden amplificar sus carencias, problemas, insatisfacciones... y esto repercute en su rendimiento. Estos Counsellors pueden integrarse en los departamentos de Recursos humanos o en Gabinetes internos o contratarse externamente, y así la compañía, se asegura de que sus empleados tienen acceso a este tipo de relación de ayuda, cuidando de ellos y a la vez que lo hacen de su propio futuro. Esta figura del Counsellor empresarial puede acompañar a los empleados en conflictos muy íntimos, como alcoholismo o maltrato, o en situaciones de estrés laboral, como relaciones de trabajo complicadas o cambios en la organización. De forma confidencial y voluntaria, está al servicio de las personas que lo solicitan, y también puede asesorar psicoló-

gicamente a la dirección en su toma de decisiones.

La preparación como Counsellor también puede mejorar otras vías profesionales como, por ejemplo, el mundo de la docencia. La empatía, la presencia, la capacidad de escucha, de facilitación, ... te permiten estar en el aula con todos tus sentidos activos. Comunicar, transmitir y crear dinámicas de aprendizaje se convierten en otras formas de interacción que buscan también el desarrollo y la evolución, en este caso de los alumnos. Esto lo he experimentado en el máster de Experiencia de Usuario que actualmente

imparto y al que seguramente me habría enfrentado con mucho miedo de no ser por mi formación como Counsellor.

Facilitar talleres de crecimiento personal o de mejora de las relaciones interpersonales, acercarse a los más desfavorecidos o apoyar a colectivos con problemas sociales o con enfermedades crónicas, colaborar con equipos de salvamento, son otras áreas de intervención que además de abrirnos una trayectoria laboral, nos enriquecen como personas.

Como hemos visto ser Counsellor te abre muchas oportunidades: te habilita para poder tener relaciones de ayuda sanas en el ámbito laboral si gestionas personas, individualmente o en grupo, no olvidemos cuantos conflictos de relación se generan en los equipos; te permite impulsar departamentos o servicios especializados en acompañamiento a los empleados y a la empresa; te facilita el trabajo como docente y con grupos damnificados; y por supuesto te faculta para trabajar como terapeuta humanista en el entorno privado o en entidades sanitarias.

¿Cómo aplica todo esto a tu vida? ¿Tiene sentido para ti? Me encantaría saber tu opinión y poder compartir experiencias. 📍