

INFORMACION PERSONAL

Nombre: SONIA ASTRID DÍAZ ROMERO
E-mail: nuestroscoaches@chi.com.co

FORMACION ACADEMICA

- Psicóloga de La Universidad de los Andes con énfasis en Administración de Empresas (2003).
- Especialista en Terapia Sistémica de la Pontificia Universidad Javeriana (2006).
- Coach de Esencia Profesional certificada por Coaching Hall International ACTP (2009).
- Diplomado de Crecimiento Interior en SASANA (Actualmente en curso).

EXPERIENCIA PROFESIONAL

- Coach personal y laboral como parte del equipo de profesionales de la ONG Convivencia Productiva, participando en proyectos de Coaching y facilitación para organizaciones como Arysta LifeScience y Soluciones Inmobiliarias.
- Coach de vida para personas particulares interesadas en su auto-conocimiento y su crecimiento interior.
- Miembro de la facultad de Coaching Hall International como coordinadora de grupos de coaches en formación.
- Consultora en temas de desarrollo humano como independiente y como parte del equipo de la firma Talento y Desarrollo, acompañando procesos humanos en organizaciones como COMPENSAR, COLSUBSIDIO, Control de Movimiento, Asociación Colombiana de Diabetes ACD y Contaduría General de la Nación, entre otras.
- Consultora y facilitadora en programas de Educación Continuada de La Universidad de Los Andes y de La Universidad Sergio Arboleda.
- Experiencia como terapeuta sistémica en organizaciones como Sistemas Humanos y Terapéutica Relacional, ofreciendo servicios de atención psicológica a familias, parejas e individuos remitidos por la Secretaría de Integración Social del Distrito o por UNE - EPM Telecomunicaciones S.A. E.S.P.
- Experiencia coordinando el área de Asesoría Psicológica del Departamento de Bienestar Universitario de la Universidad Sergio Arboleda.

¿POR QUÉ EL COACHING?

A lo largo de mi vida me han acompañado interrogantes acerca de quién soy, para qué me encuentro en este mundo y cómo vivo coherentemente con lo que creo, siento y hago para ser feliz. Encontré que a través del Coaching pude comenzar a responderme estas preguntas y a vivir en la coherencia interna que estaba buscando. Descubrí en el Coaching un camino amoroso y desafiante de encuentro conmigo misma, que me permite integrar mi luz con mi sombra.

Esta experiencia personal unida con mi deseo profundo de acompañar el desarrollo de otros se han convertido en mi manera de vida. Por esto me dedico en la actualidad a ser una coach que facilita el encuentro de otros consigo mismos, con su grandeza, con su capacidad para abrir las

alas, lanzarse a volar tan alto como cada uno se lo proponga y construir el trabajo, las relaciones, las finanzas, la salud, y en general, la vida que quiere.

IMPACTO COMO COACH - TESTIMONIO

“Mi proceso recibiendo Coaching por parte de Sonia ha generado muchos cambios en mí que me cuestan a veces creer. Ha sido un proceso muy enriquecedor, ya que ella genera una empatía y una compenetración muy grandes que hacen que las reflexiones se interioricen y permiten que se genere el proceso de cambio, casi que de inmediato.

En el Coaching se dan herramientas para que la recordación de lo que se trabajó en la sesión se mantenga y se convierta en algo vivencial. El cambio más grande que se ha generado en mí, ha sido aprender a reconocermé, amarme y aceptarme tal y como soy.”

Ximena Salazar Mejía
Gerente Financiera
Arysta LifeScience Colombia

“Entrar a un proceso de Coaching y vivirlo resultaba para mí una exploración a un mundo totalmente desconocido, se podía decir que estaba lleno de prejuicios y mitos sobre lo que significaba un proceso de este tipo, sin embargo, iniciarlo con Sonia Díaz fue una buena dosis de fortuna, ya que logró a mi ritmo y con el continuo acompañamiento de ella, explorar mis fortalezas, y con un trabajo que lo sentí en equipo, potencializar mi ser interno para llegar a un objetivo primordial de cambio que necesitaba en mi vida. Las tareas, los pasos, el proceso vivido fue una aventura que al final me llevaron a una real transformación, la cual es testimonio para quienes me rodean y obviamente para mi propio crecimiento.”

Giomar A Uribe
Asistente Gerencia Comercial
Tecno Imágenes