Chapter 01 / Capítulo 01

Time, Power, and Resistances in Latin America: Narratives, Democracy, and Global Reconfigurations (Spanish Version)
ISBN: 978-9915-704-16-6
DOI: 10.62486/978-9915-704-16-6.Ch01
Pages: 1-7

©2026 The authors. This is an open access chapter distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY) 4.0 License.

Coaching for personal growth as an emerging practice in México City

Coaching de superación personal como práctica emergente en la Ciudad de México

Tania Guadalupe Álvarez Ramírez[1]

[1]Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora, Maestría en Sociología Política. México.

Autor para la correspondencia: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez

ABSTRACT

Personal improvement coaching has become an emerging practice that responds to the search for meaning and promises of individual transformation. This presentation reports the progress of an ongoing research project within the Master's Program in Political Sociology. The study employs a qualitative approach and draws on a constructivist theoretical perspective to examine the experiences of people who have participated in personal improvement coaching processes in Mexico City. The theoretical framework articulates the general theory of socialization proposed by Berger and Luckmann (1967), studies on modern experience (Giddens et al., 1996), and analyses of the commodification of well-being and self-improvement (Illouz, 2008) to understand how discomfort, success, progress, and stability are reinterpreted. The methodology is based on semi-structured interviews with men and women who took part in coaching programs, exploring their recruitment, trajectories, and assessments. Preliminary findings indicate that coaching operates simultaneously as a market of promises and as a cultural device that channels aspirations, generating appropriations, reinterpretations, and, in some cases, disenchantment. The presentation discusses how these practices navigate between narratives of personal improvement and their commodification in a context of continuous pursuit of optimization.

Keywords: Coaching; Personal Improvement; Modernity; Socialization.

RESUMEN

El coaching de superación personal se ha consolidado como una práctica emergente que responde a la búsqueda de sentido y promesas de transformación individual. Esta ponencia presenta los avances de una investigación en proceso en marco de la Maestría en Sociología Política. Esta investigación tiene un enfoque cualitativo y parte de la perspectiva teórica constructivista para estudiar las experiencias de personas que han participado en proceso de coaching de superación personal en la Ciudad de México. El marco teórico articula la teoría general de la socialización planteada por Berger y Luckmann (1967), los estudios sobre la experiencia moderna (Giddens et al., 1996) y los análisis sobre la mercantilización del bienestar y la mejora individual (Illouz, 2008) para entender cómo se resignifican el malestar, la idea del éxito, el progreso y la estabilidad. La metodología se basa en entrevistas semiestructuradas a hombres y mujeres que participaron en programas de coaching, para explorar su captación, trayectoria y valoración. Los hallazgos preliminares muestran que el coaching opera simultáneamente como mercado de promesas y como dispositivo cultural que canaliza aspiraciones, generando apropiaciones, reinterpretaciones y, en algunos casos, desencanto. La ponencia discute cómo

estas prácticas navegan entre las narrativas de superación personal y su mercantilización en un entorno de búsqueda continua de optimización.

Palabras clave: Coaching; Superación Personal; Modernidad; Socialización.

INTRODUCCIÓN

Esta investigación sobre el coaching de superación personal surge de experiencias cercanas en mi entorno familiar, donde estos cursos aparecían como una opción atractiva para resolver problemas personales o alcanzar metas, pero que desde mi sentido práctico y mi formación académica percibía como una estafa. Sin embargo, reconocer este juicio como producto de mi propia posición social me llevó a replantear el problema desde una mirada sociológica, evitando caer en el prejuicio o en explicaciones simplistas. Lo que en un inicio parecía un fenómeno de engaño económico, pronto se presentó como una práctica más compleja, vinculada con grandes procesos como la oferta contemporánea de bienestar, sentido y pertenencia, en la que participan individuos que, a pesar de las críticas, valoran su experiencia como positiva y transformadora.

Durante la formulación del proyecto exploré la relación del coaching con otros fenómenos, como las sectas, las estafas laborales o las pseudoterapias, lo que me llevó a concebirlo como un espacio de socialización secundaria. Desde la teoría constructivista de la socialización, el coaching puede entenderse como un agente que introduce marcos interpretativos en tensión o ruptura con referentes previos como la familia, la religión o la educación formal; pero no se recibe de manera pasiva, sino que es resignificado y, en ocasiones, resistido.

La Ciudad de México constituye un escenario privilegiado para analizar estas experiencias: un espacio urbano diverso y heterogéneo, atravesado por el anonimato, la presión por la optimización y la proliferación de ofertas de sentido. Con ello, el objetivo general de esta investigación es analizar la experiencia de los sujetos en el proceso de captación, la trayectoria y la valoración del coaching de superación personal, en relación con sus condiciones socioculturales y expectativas, en el contexto sociopolítico y cultural de la Ciudad de México en el siglo XXI.

DESARROLLO

Mi interés por el coaching comenzó por experiencias de familiares con estos cursos, que desde mi sentido práctico me parecían o parecen, una estafa. Sin embargo, sabemos que ese sentido práctico es neutro ni universal sino que está estructurado por la posición social del individuo, de mí que implica ser una estudiante de posgrado de ciencias sociales, con formación y experiencia en sociología y en trabajo social, que vivo en la Ciudad de México, que viví en el Estado de México la mayor parte de mi vida, que he visto y evaluado las implicaciones que han tenido las participaciones de esas personas cercanas a mí que participaron en cursos de coaching. Pero decir que es una estafa, desde la sociología sería un análisis muy deficiente, basado en el prejuicio y que no explica nada en términos de la ciencia. Aunque lo pienso e incluso con los avances en la investigación lo sigo pensando, sé que puede ser una afirmación con falta de imaginación sociológica y consideración de la complejidad de las relaciones sociales.

A partir de la elección del tema y durante la primera parte proceso de la formulación del proyecto previa a la participación en las convocatorias de posgrado, fui encontrando vínculos entre el coaching y otras situaciones como las estafas de trabajo, algunas prácticas espirituales y lo que se conoce popularmente como sectas. Con el objetivo de encontrar una vía

analítica comencé a usar el concepto de organizaciones coercitivas, pensándolas como agentes socializadores y partiendo de la premisa de que la socialización nunca se detiene a lo largo de la vida, pensé tener una implicación trascendental para la vida de las personas.

Sin embargo, este enfoque organizacional que comenzaba a plantear tenía varias problemáticas teórico-metodológicas. Para empezar cuando ahora mismo pienso en organizaciones coercitivas pienso primero en el ejército y luego en todas las instituciones porque pensando en términos de Giddens, todas las estructuras constriñen y habilitan también. Entonces el adjetivo de "coercitivas" quedó algo vacío para ese uso y además era problemático porque mi interés está en cómo la gente vive el coaching, o la estafa, o las sectas, cómo sea que lo signifiquen. Quería saber por qué, a pesar de las críticas, a muchas personas les gusta la experiencia y piensan que les ayudó, que les sirvió y que les hizo mejores personas.

Es por eso por lo que el problema de investigación, que responde a la pregunta ¿Qué es lo que tengo que lograr en esta investigación?, terminó por plantearse de este modo: Vincular la experiencia de los sujetos en el proceso de captación, trayectoria y valoración del coaching de superación personal con sus condiciones socioculturales y expectativas, dentro del contexto sociopolítico y cultural de la Ciudad de México en el siglo XXI. No dudo que dentro del institucionalismo u otras propuestas con enfoque meso se pueda capturar la experiencia, pero la centralidad en la organización es una perspectiva que implicaría no solo entrevistar a los participantes sino también a los coaches, así como otras vías metodológicas como análisis de discurso y etnografía. Puede ser muy fructífero para otras investigaciones, pero no cuento con ese tiempo dentro del programa de maestría, y no fue de mi interés por el momento. Así que centrarme en la experiencia de los participantes es una delimitación de esas posibilidades.

Estoy muy interesada en conocer las opciones que ofrece el mercado de bienestar y sentido en el contexto actual. Sobre todo, lo que se presenta como algo que no es, por ejemplo: las teorías de la conspiración, las pseudociencias, las pseudoterapias y los grupos coercitivos. Es por eso por lo que esta investigación observa cómo las personas recurren a una de estas opciones de sentido y de solución a sus problemas porque confían, y es mi papel entender en qué están confiando.

Elegí la Ciudad de México como espacio de la investigación porque constituye un escenario que permite observar la emergencia del coaching de superación personal en su dimensión urbana. Se trata de un territorio heterogéneo y diverso, donde convergen trayectorias sociales distintas y múltiples ofertas de sentido, lo que permite analizar cómo se articulan las experiencias individuales en vinculación con la cultura moderna. Además, el carácter metropolitano de la ciudad ofrece condiciones particulares: el anonimato de la vida urbana y la presión constante hacia la optimización del tiempo, las relaciones y el propio desempeño, factores que alimentan la demanda de prácticas como el coaching. Escuchar los trabajos de colegas en este campo me ha permitido afinar esta idea de la experiencia urbana no solo como escenario, sino como parte en la configuración de estas prácticas, así como de la manera en la que los sujetos se apropian de las mismas o las cuestionan.

Esto llevó a la constitución del objetivo general que es Analizar la experiencia de los sujetos en el proceso de captación, trayectoria y valoración del coaching de superación personal, en vinculación con sus condiciones socioculturales y expectativas en el contexto sociopolítico y cultural de la Ciudad de México en el siglo XXI, por medio de una metodología cualitativa con enfoque constructivista, basada en entrevistas semiestructuradas para evidenciar los

mecanismos por los que estas prácticas socializan y resignifican el malestar. Para lo cual la teoría de la socialización constructivista (Berger & Luckmann, 1967) es útil porque permite observar el coaching como un agente de socialización secundaria, con un nuevo marco interpretativo de la realidad, muchas veces en tensión o ruptura con el anterior (familia, religión, educación formal), pero que no es recibido y ya, de manera unidireccional, sino que la perspectiva constructivista permite observar las resignificaciones y las resistencias. ¿Qué es lo que me hizo elegirla, después de la contrastación que hice entre distintas teorías de la socialización y subjetivación?

Por lo tanto, esta es la pregunta general para responder es: ¿Cómo se vincula la experiencia de los sujetos en el proceso de captación, trayectoria y valoración del coaching de superación personal con sus condiciones socioculturales y expectativas en el contexto sociopolítico y cultural de la Ciudad de México en el siglo XXI? Donde cabe mencionar que para indagar en la valoración utilizaré el modelo sociológico de doble proceso (Vila-Henninger, 2021) porque permite analizar las disposiciones, lo incorporado, y también los juicios que hacen los sujetos. En ese sentido la posible respuesta que planteo en la hipótesis es que La experiencia de los sujetos con el coaching de superación personal se configura entre sus condiciones socioculturales, expectativas y los discursos de autosuperación, dentro de un contexto de modernidad capitalista y crisis de referentes tradicionales, operando simultáneamente como una oferta de sentido y un espacio en disputa, donde los sujetos interpretan su experiencia de manera situada y relacional, oscilando entre la apropiación, la resignificación, el desencanto y el cuestionamiento de sus valores, promesas y prácticas.

Sé que puede llamar la atención el verbo configurar, pero es un vestigio de mi formación en sociologías relaciones y sobre todo en la sociología figuracional de Norbert Elias. Si bien el marco teórico no está centrado en este enfoque, sí conservo dos principios figuracionales para esta investigación que son: 1) La socialización es un proceso que no termina y 2) Mi objetivo es observar la red de relaciones sociales que configura el coaching, desde los valores modernos hasta las prácticas cotidianas (Elias, 1970). Es por esto que esta es una investigación analítica y cualitativa con enfoque constructivista porque el objetivo está en comprender la experiencia de los sujetos que participan en cursos de coaching de superación personal. La información que necesito no puede obtenerse por medio de fuentes secundarias, ya que se trata de acceder a interpretaciones situadas que emergen de la vivencia personal.

Entonces el trabajo de campo ha consistido en la recolección de información empírica a través de entrevistas semiestructuradas a personas que han participado en cursos de coaching de superación personal. La elección de que fueran cursos es porque este tipo de coaching también se presenta en libros, videos y contenido digital, pero me interesa conocer la experiencia en espacios controlados, con una temporalidad y lugar definidos. Para esta investigación fue únicamente de personas adultas, pero si tengo tiempo en estos meses me gustaría encontrar adolescencia para observar las implicaciones en esa etapa formativa, y si es posible escribir algo sobre esa población en particular. El muestreo fue intencional por redes de contacto (bola de nieve) de personas que conozco personalmente y personas que he contactado por redes sociales, principalmente personas que hicieron comentarios en videos sobre el tema en Tiktok. Tanto comentarios en los que parecían tener una evaluación negativa de la experiencia como de beneficio para algún aspecto de su vida.

En este momento la investigación se encuentra en la etapa de transcripción de las entrevistas que pasarán a ser analizadas según una codificación realizada previamente para el software MAXQDA. Esta codificación se basó en los términos mostrados en la parte superior del esquema de categorías.

La estructura capitular consistirá de un primer capítulo teórico-metodológico donde se incorporan en primer lugar las teorías de la socialización (Berger & Luckmann, 1967; VilaHenninger, 2021), así como los análisis sobre la modernidad y la modernización que es el eje cultura de la investigación (Beck et al., 2001; Giddens, 1991), es decir, los códigos con los que las personas entienden el mundo que pueden tener una interpretación distinta, pero aun así influyen en las prácticas. Por último, en este capítulo también trabajé algunos análisis que se han realizado desde la filosofía y las ciencias sociales sobre la superación personal y la mercantilización del bienestar (Nehring & Röcke, 2024).

La articulación del marco contextual según los conceptos no son categorías de análisis sino ejes para contextualizar la investigación. Ejemplificando uno de estos ejes, cuando pienso en neoliberalismo me refiero al proyecto de restauración del poder de las élites económicas, basado en la privatización, la desregulación y la responsabilidad individual (Harvey, 2007). En este modelo, el coaching es un dispositivo que refuerza la narrativa de que el éxito depende exclusivamente del esfuerzo personal, desdibujando las condiciones estructurales que afectan las trayectorias de los sujetos. En América Latina, la reestructuración neoliberal ha generado desigualdades estructurales (Basualdo & Arceo, 2006) y dificultades que permite que el coaching pueda entenderse como una respuesta individualista a problemas públicos, promoviendo estrategias de adaptación en lugar de cambios sistémicos.

CONCLUSIONES

En el tercer y último capítulo se describirán los hallazgos encontrados en las entrevistas. Hasta el este momento, la investigación muestra que el coaching de superación personal, más allá de una práctica cuestionada desde ciertos sectores académicos y sociales, constituye un espacio donde los individuos negocian significados sobre sí mismos y sobre su lugar en el mundo. Lejos de ser un proceso unidireccional en el que los discursos de autosuperación son simplemente adoptados, las entrevistas evidencian apropiaciones, resignificaciones y resistencias. Para algunos, el coaching aparece como una herramienta útil para enfrentar situaciones de crisis personal o profesional; para otros, la experiencia se traduce en desencanto, cuestionamiento o incluso en la percepción de haber sido defraudados.

En este sentido, el coaching puede entenderse como un dispositivo cultural propio de la modernidad capitalista, que ofrece narrativas de sentido en un contexto de incertidumbre y fragmentación de referentes tradicionales. Su expansión en la Ciudad de México responde tanto a la heterogeneidad social de la urbe como a su dinámica urbana, donde la búsqueda de anonimato y, al mismo tiempo, de pertenencia se combina con la presión hacia la optimización individual. De este modo, el coaching se configura como un espacio de socialización secundaria en disputa, en el que los sujetos experimentan simultáneamente aspiraciones de bienestar, tensiones con los valores y la lógica mercantil que atraviesa estas prácticas.

El aporte de esta investigación radica en desplazar el juicio normativo donde se simplifica si el coaching “sirve” o “engaña”, hacia una mirada sociológica que atiende a cómo se vive, cómo se interpreta y qué papel ocupa en la vida de quienes participan. Esta aproximación permite reconocer al coaching como una práctica urbana emergente que, aunque alimentada por la mercantilización del bienestar, se sostiene en la confianza de quienes lo buscan como un recurso para dotar de sentido a sus trayectorias en la Ciudad de México del siglo XXI.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Basualdo, E., & Arceo, E. (2006). *Neoliberalismo y sectores dominantes: Tendencias globales y experiencias nacionales*. CLACSO.

Beck, U., Giddens, A., & Lash, S. (2001). *Modernización reflexiva*. Alianza Editorial.

Berger, P. L., & Luckmann, T. (1967). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu. https://www.jstor.org/stable/3466656

Elias, N. (1970). *Sociología fundamental* (G. Muñoz, Trans.).

Giddens, A. (1995). *Modernidad e identidad del yo*. Península.

Giddens, A., Bauman, Z., Luhmann, N., & Beck, U. (1996). *Las consecuencias perversas de la modernidad* (J. Beriain, Ed.). Anthropos.

Harvey, D. (2007). *Breve historia del neoliberalismo*. Akal.

Illouz, E. (Ed.). (2008). *Saving the modern soul: Therapy, emotions, and the culture of self-help*. University of California Press.

Nehring, D., & Röcke, A. (2024). Self-optimisation: Conceptual, discursive and historical perspectives. *Current Sociology, 72*(6), 1069–1087. https://doi.org/10.1177/00113921221146575

Vila-Henninger, L. A. (2021). *Socialization, moral judgment, and action: A sociological dual-process model of outcomes*. Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-88278-5

FINANCIACIÓN

Ninguna.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Curación de datos: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Análisis formal: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Investigación: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Metodología: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Administración del proyecto: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Recursos: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Software: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Visualización: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Redacción – borrador original: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez.
Redacción – revisión y edición: Tania Guadalupe Álvarez Ramírez