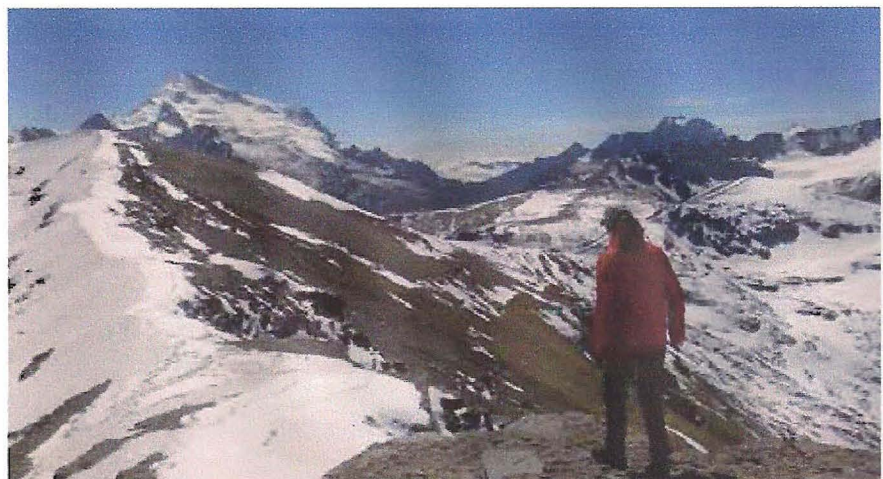


Ser Coach con mayúscula



Julián Trullén Torres

Socio Director de la Escuela InCrescendo
Coach Profesional Senior Certificado
AECOP



En estos tiempos que corren, de cambios, paro, crisis, aparecen con mas virulencia el victimismo, las víctimas, esas personas que están centradas en las preocupaciones, en echar las culpas a lo que pasa fuera, en generar emociones y energía negativa... en definitiva, personas que no quieren asumir su propia responsabilidad sobre su vida, personas que no se creen que ellos son los auténticos creadores de su vida. En contraposición, gracias a que hay víctimas, otras muchas personas se erigen en salvadores, personas que saben lo que les ocurre a los demás, aparecen los "vende consejos", esas personas con mentes clarividentes, capaces de comprender que es "lo que pasa dentro de cada uno y tener la receta adecuada para ella". Desde nuestra experiencia, todo esto no tiene nada que ver con la vida. Nada más lejos de la realidad, ya que se nos hace bastante difícil comprendernos a nosotros mismos, entender lo que pasa dentro de nues-

tra cabeza, como para tratar de averiguar lo que pasa dentro del otro. Para nosotros ese rol de salvador, de persona que ayuda con sus consejos, ¡¡ no es más que una mera alucinación!! Y alucinando van por ahí muchas personas entre ellas algunos coaches, terapeutas, y profesionales de las relaciones de ayuda. Personas que se dedican a salvar a otros, y que no suelen mirar para dentro para salvarse primero a ellos mismos.

Según nuestra práctica y nuestra forma de entender del mundo, lo que hace falta son menos salvadores, menos ayudadores y más personas capaces de desafiar, de ayudar en la autoconciencia, de responsabilizar al otro, de permitir que el otro genere su máxima confianza y aceptación de sí mismo y de su vida. No se trata de hacer que las personas se cuelguen del maestro. Todas las personas tienen un maestro dentro de sí. Se trata de que cada uno explore dentro de él, y sea capaz de conectar con su parte más profunda; con su maestro

interior, que conecten con su verdadero poder, y se hagan responsables de los que les pasa. Sólo cuando dejemos de tratar a los demás como víctimas dejaremos de situarnos como salvadores. Se trata de devolver el poder a las personas y trabajar desde su autoconciencia.

El Coaching es una profesión maravillosa, increíble y que va más allá de lo aparente, ya que entre otras cosas permite descubrir a las personas nuevas posibilidades, capacidades y sobre todo permite la posibilidad de despertar más pasión por la vida. Y lo más importante, permite descubrir que se hace necesario vivir el cambio... o eso debería ser.

Muchas de las personas que se inscriben a un curso de coaching piensan: "Cuando me inscribí a este curso de formación tenía el objetivo de adquirir conocimiento en el uso de diferentes herramientas que me permitieran trabajar con otras personas, objetivos o incluso desarrollo de competencias que mejorarán su estado

.....

personal o profesional y de esta forma poder realizar mi propio trabajo con mayor efectividad". Y muchos de ellos acaban diciendo que "lo que en ningún momento pensé en utilizar o aplicar ese conocimiento en mí mismo, y mucho menos en que también me sería útil a mí. Siempre he creído que cambiar tu "carácter, forma de ser,..." o el desarrollo personal de la gente era imposible si la gente no estaba dispuesta a realizar ese cambio e incluso que deseando ese proceso de crecimiento era muy difícil llevarlo a cabo, por lo que no tuve ningún pensamiento o expectativa al inscribirme a este programa de formación en que fuera a verme afectada en mi propio desarrollo personal, ni siquiera que fuera a influir personalmente en este sentido. Lo único que deseaba adquirir eran competencias profesionales para desarrollar en mi propio trabajo."

Ser COACH con mayúscula requiere haber vivido, sentido, percibido y haber tomado conciencia de la diversidad de personalidades, formas de ser, o incluso de las diferentes formas de percibir las cosas en función de la forma que cada uno tiene de percibir la vida y de otro montón de variables. De cómo esas diferencias nos condicionan a todos cuando comunicamos, actuamos, pensamos, obramos, hablamos, llamamos, vemos, sentimos, expresamos y escuchamos. Tomar conciencia de esta pluralidad hace que el futuro coach se replantee el respeto hacia el resto de las personas y la aceptación de esas diferencias en los demás. Sólo a través de este respeto se pueden de verdad desarrollar determinadas competencias personales que permiten escuchar más y mejor, observar más, percibir cosas que antes no podía percibir, ponerse en la situación de la otra persona y sobre todo hacer todo esto SIN JUICIO, es decir, sin etiquetar ni enjuiciar a la otra persona.

Iniciar este maravilloso sendero debería de servir a los futuros coaches para poder PARARSE a mirar



hacia adentro, hacia sí mismo y eso es algo que muchos todavía no se han atrevido a hacer. Además, recorrer este sendero acompañado de un grupo de personas te ayuda a conectar más a través de los espejos que nos vamos encontrando en el camino; muchas veces mirando hacia los otros uno se va encontrando poco a poco, sin quererlo, buscarlo o esperararlo, de forma natural, y así de esta manera aprende a hallarse cada día con sus luces y sus sombras.

Un coach también debe aprender a lo largo de este pasaje que a veces se va a encontrar con personas que creen que no se puede cambiar, y que creen que este tipo de disciplinas no pueden ayudar a que dicho cambio se produzca. Algunas personas no lo consideran una ciencia y además tienen la creencia de que condicionantes internos y ambientales de la persona tienen mucho más peso en el desarrollo personal y operan asentando capas de condicionantes que resulta muy difícil remover. Nosotros con respecto a esto citamos una gran frase de Virginia Satir que dice que el cambio es una puerta que se abre desde dentro. Y el coach tiene que aprender a aceptar que existen personas que son muy reacias respecto al cambio y a la eficacia de las materias que profundizan en el conocimiento del comportamiento y desarrollo personal.

El coach con mayúscula también debe de tener un alto grado de conciencia sobre sí mismo, de cómo funciona el ser humano, debe vivir la auto-responsabilidad, cada uno es el

responsable de su vida, y solo un coach puede hacer vivir esto a un coachee desde su propia vivencia, desde su más profundo sentir, y por último, debe de aplicarse la autocreencia de que todos tenemos los recursos necesarios para vivir bien en esta vida. Son las tres labores básicas del coach en un proceso de Coaching: generar conciencia, responsabilidad y autocreencia en el coachee.

Por último y no menos importante un coach probablemente llegará a ser todo lo que ha observado, vivido y sentido de sus profesores y maestros. En este sentido es clave la disposición de los profesores y todos los ponentes para facilitar en todo momento la posibilidad no sólo de resolver dudas sino también de profundizar las materias o temas que le han llamado más la atención. Y por supuesto lo más importante, el profundo respeto que todos los formadores de coaches debemos de tener con cada una de las personas que forman el grupo, adaptándonos al ritmo de cada uno sin perder de vista nuestro objetivo de formarlos y capacitarlos, sosteniendo al grupo y a cada uno de forma individual cuando sea necesario. Con una gran paciencia, discreción, con una delicadeza admirable y una humildad sorprendente, siendo ejemplo cada día de coherencia y de integridad. La responsabilidad es de todos. Y desde nuestro punto de vista, esto no se puede entender, no se puede explicar, esto solo es posible vivirlo. ¿Te atreves a vivirlo?●