



LA MAGIA DEL COACHING EN LA FORMACIÓN



La formación es un proceso que todas las personas necesitamos para desarrollarnos como buenos profesionales.

Llevo muchos años formando y desde que el coaching entró en mi vida, todas las formaciones que imparto se han convertido en mágicas.

El objetivo de un formador eficaz es transmitir conocimientos, desarrollar habilidades o cambiar actitudes, pero para que esto sea posible es absolutamente necesario que los participantes en una acción formativa sean conscientes de que realmente necesitan ampliar sus conocimientos, desarrollar sus habilidades o cambiar sus actitudes y esto se logra a través de la aplicación del coaching en el aula.

En la actualidad, cada acción formativa que yo desarrollo comienza con un viaje extraordinario hacia el “yo” y es apasionante comprobar como a través de las creencias propias que por ejemplo, un líder puede tener, encuentra las relativas a los miembros de su equipo que le potencian o le limitan en esa función de liderazgo. Es fascinante sentir las emociones que fluyen por el aula y cómo cada asistente es consciente de ellas comprendiendo que es necesario gestionarlas para que no sean un freno en su desarrollo.

Conocerse mejor a uno mismo, es imprescindible para conseguir retos tanto personales como profesionales. Ser conscientes de los puntos fuertes y de las áreas de mejora de uno mismo es el primer paso para ser capaces de observar y percibir los puntos fuertes y las áreas de mejora de las personas sobre los que una persona tiene responsabilidad.



Aprender a preguntarse a uno mismo sin sentirse culpable es imprescindible para saber preguntar al otro, sin juzgar. Lograr entusiasmarse con lo que uno hace es una premisa para entusiasmar. Conseguir validarse uno mismo es necesario para poder validar y reforzar a los demás.

La verdad es que es muy gratificante percibir como a través del coaching los asistentes son más conscientes de sus pensamientos, de sus creencias, de sus valores, de sus emociones y por lo tanto de sus comportamientos y que si algo se desea cambiar se puede lograr estableciendo unos planes de acción para lograrlo.

En los momentos actuales tan difíciles que estamos viviendo, en los que la desmotivación y el miedo está presente en la mayoría de las personas, y por lo tanto también se hacen patentes en el aula, se consigue a través del coaching aprender a trabajar los pensamientos negativos para transformarlos en positivos y dar paso a acciones concretas que permitan avanzar.

Cuando termino una acción formativa siempre solicito que los asistentes hagan un plan de acción que incluya tres aspectos:

- ✓ Un pequeño cambio: ¿Cómo lo vas a lograr? ¿En cuanto tiempo? ¿Cómo puedes saber que lo has logrado?
- ✓ Algo que potenciar: ¿Cómo lo voy a conseguir? ¿En cuánto tiempo? ¿Cómo voy a saber que lo he potenciado?
- ✓ Qué mantener. ¿Cómo sé que lo estoy manteniendo?

Y es en ese momento, cuando escucho atentamente dichos planes, cuando me siento altamente satisfecha, porque es donde compruebo que los asistentes han comprendido algo muy importante: que ellos son los únicos protagonistas de su vida y que pueden modificar aquello que no les gusta, si es que así lo desean.



El coaching produce por tanto un efecto mágico en los asistentes:

- ✓ desencadena el proceso de aprendizaje, al tomar consciencia de las propias creencias, de las propias emociones y de los propios comportamientos, lo que les otorga la capacidad de decidir si es preciso cambiarlos.

Un clásico cuento Zen sobre el aprendizaje nos narra lo siguiente:

<<Había una vez un hombre erudito que se jactaba de sus conocimientos y deseaba reafirmar su posición a través de la adquisición de nuevos aprendizajes. En su región vivía un excelente maestro y el hombre decidió visitarle para pedirle que le aceptara como estudiante.

Una vez llegado a la morada del maestro, el hombre se sentó en la humilde sala de espera y miró alrededor con una clara —aunque para él imperceptible— actitud de superioridad. La habitación estaba casi vacía y los pocos ornamentos sólo enviaban mensajes de armonía y paz. El lujo y toda ostentación estaban manifiestamente ausentes.

Cuando el maestro pudo recibirle y tras las presentaciones debidas, el primero le dijo: “permítame invitarle a una taza de té antes de empezar a conversar”. El hombre asintió disconforme. En unos minutos el té estaba listo.

Sosegadamente, el maestro sacó las tazas y las colocó en la mesa con movimientos rápidos y ligeros al cabo de los que empezó a verter la bebida en la taza del huésped. La taza se llenó rápidamente, pero el maestro sin perder su amable y cortés actitud, siguió vertiendo el té. El líquido rebosó derramándose por la mesa y el profesor, que por entonces ya había sobrepasado el límite de su paciencia, estalló airadamente tronando así: “¡Necio! ¿Acaso no ves que la taza está llena y que no cabe nada más en ella?”. Sin perder su ademán, el maestro así contestó: “Por supuesto que lo veo, y de la misma manera veo que no puedo enseñarte el Zen. Tu mente ya está también llena”. >>

Mercedes Melgar

mercedes.melgar@proximitycustomer.com