

Especial COACHING

ción individual y colectiva. Un *outdoor training* puede provocar que alguien se conozca mejor a sí mismo, pero esa cualidad la tiene cualquier actividad que afrontemos en la vida.

El *outdoor training* es una manifestación más de formación. Ni la mejor ni la peor. Depende de cada caso y situación. El *coaching* es la vía por excelencia para lograr desarrollo en mayúsculas.

¿No le parece que el *coaching* está presente siempre en miembros de una esfera social alta?

No, otra cosa es que la moda del *coaching* pueda llegar a convertirse en un snobismo. En mi opinión, se asocia más a una alta esfera intelectual, más que social.

¿Qué papel juega la comunicación no verbal en un proceso de *coaching*?

Toda. El lenguaje del cuerpo tiene como base las pautas de conducta de la comunicación no verbal. Cuando nos comunicamos, constantemente estamos enviando mensajes corporales a nuestros interlocutores. El lenguaje del cuerpo comprende cualquier gesto, postura o movimiento que una persona emplea para comunicar su mensaje al entorno.

Como *coaches*, necesitamos percibir los rasgos personales de nuestros

coachees, sus estados emocionales y sus actitudes hacia nosotros. Esto supone saber interpretar una serie de signos verbales y no verbales. En un proceso de *coaching*, por ejemplo la postura adoptada por nuestro *coachee* al sentarse puede mostrarnos sus sentimientos, al igual que el contacto visual y la distancia física. Son elementos reveladores del comportamiento.

El cuerpo miente mal: un gesto involuntario, una sonrisa forzada, un tic inconsciente contradicen nuestro mensaje verbal. Es más, representamos nuestro estado de ánimo con lenguaje corporal, no verbal.

La observación del cuerpo del *coachee* permite al *coach* intuir muchas respuestas: ¿qué quieres o esperas de mí?, ¿qué sientes en este momento?, ¿qué predisposición tienes para el aprendizaje?

El *coach* recibe del cuerpo de su *coachee*, un montón de información que no puede dejar pasar, y revela cuáles son en ese momento sus emociones, sentimientos y predisposición al propio proceso de *coaching*. El lenguaje del cuerpo proporciona una información vital de la que un *coach* no debiera prescindir.

¿Necesita también un entrenamiento el propio *coach*? ¿Cómo ve usted el futuro del *coach*?

Yo avalo la necesidad de supervisión de todo *coach* profesional. Los *coaches* también necesitamos recibir *coaching* para identificar rápidamente nuestras sombras y límites personales en la práctica del *coaching*. Una supervisión profesional y personal permite que podamos gestionar nuestros propios límites abriéndonos una oportunidad de aprendizaje constante.

Este entrenamiento o supervisión permite que reflexionemos sobre nuestro trabajo, nuestras técnicas, dificultades, fortalezas e incluso sobre la ética y la deontología de nuestros procesos.

Entiendo que el futuro pasará por una titulación de carácter oficial. Aunque lo deseable no sólo es certificar el dominio de las herramientas o las habilidades para ser un buen *coach*, sino también la actitud y la orientación ética de la profesión. Acompañaremos mejor a un *coachee* si nos centramos más en sus inquietudes y en sus retos, y no tanto en nuestras propias herramientas.

La mejor preparación del *coach* es, sin duda, primero personal e interna. El *coach* del futuro debe poseer unos valores fundamentales como la ética, la honestidad, la confianza y la generosidad. Certificarlo no es fácil. Eso, no se aprende en los libros. Ni tan siquiera en las escuelas. **D**

