



Alianzas Estratégicas en Capacitación, S.C.



En el ámbito del Coaching, la vida es una espiral y no un círculo. Vamos a explicarnos.

Cada ser humano aprende, desde la infancia, sobre él mismo, sobre los demás y sobre el mundo físico, a partir del particular énfasis en las ideas que su entorno promueve en formas lingüísticas y no lingüísticas, son ideas que, al pensarlas, verbalizarlas y actuarlas con insistencia, terminan por formar la base que constituye y sustenta sus rasgos de carácter. Para Fromm, el carácter permite al individuo relacionarse de manera estable y consistente con el mundo, sin necesidad de tener que pensar y decidir lo que debe hacer frente a cada experiencia de su vida.

Estas ideas van constituyendo, al paso del tiempo, las creencias o proposiciones, conscientes o inconscientes, que predisponen a la acción. Las creencias pueden ser descriptivas (creo que habrá mal tiempo), evaluativas (creo que es una mala persona) o exhortativas (creo que él no debe opinar de esa manera).

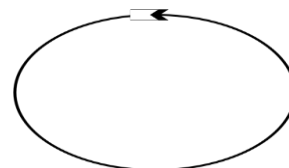
Una organización relativamente perdurable de creencias acerca de las situaciones de vida, constituyen la actitud con la que la persona responderá, preferentemente, de una cierta manera. Así es como se establece el tipo de observador que somos cada uno; es decir, es evidente que cada persona tiene un estilo propio con el cual responde ante los eventos o experiencias de su vida. También, es claro que ciertos sucesos captan su atención y le provocan alguna clase de respuesta inmediata, mientras que otros sucesos le son completamente indiferentes, aunque, estos sucesos, a su vez, pueden ser importantes para otras personas.

Cuando la persona asume que su sistema de creencias le pertenece, es cuando se relaciona,

de manera estable, con el mundo. Un inconveniente de esta situación radica en que, si durante alguna crisis las respuestas que presenta son irracionales (respuestas distorsionadas de la realidad) éstas se seguirán presentando si pertenecen a su sistema de creencias. De tal manera que, pasadas las condiciones desfavorables, la persona seguirá respondiendo por generalización de la respuesta, de una manera relativamente similar a estímulos parecidos o que juzga parecidos.

Para responder a estas situaciones que aprecia como difíciles de enfrentar, utiliza mecanismos racionales para justificar su respuesta, y deja de lado los emocionales, porque perdió la confianza en ellos, o porque el miedo le impide hacerlo. Esta forma de hacer la vida es circular.

El círculo se muestra parcial, pues hace volver o retomar el sentido de aquello que lo puso en circulación; es cíclico, siempre en el mismo nivel, sin evolución, Tal como lo muestra la figura siguiente.



Es decir, la vida de la persona es circular, porque sigue los patrones de conducta, relativamente iguales, ante situaciones diferentes, a pesar de que muchas veces ese camino lo lleva a la impotencia, la vulnerabilidad y la dependencia.

El Coaching propone combinar este modelo de vida, por un modelo en espiral, gracias a la reflexión de la acción, que modifique el sistema de creencias y permita una conciencia ampliada, tal como lo ilustra la figura siguiente.



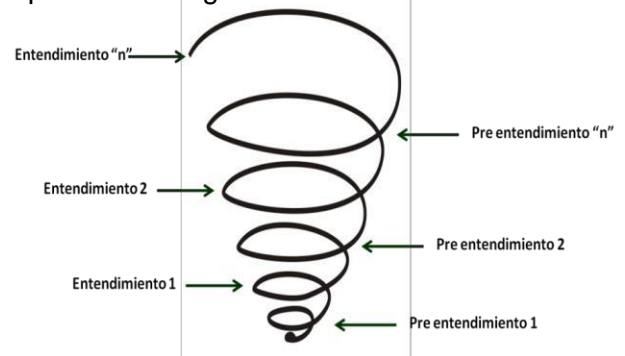
En un proceso de Coaching, a través del lenguaje mantenemos nuestro carácter trascendental y, al mismo tiempo, interpretante; por ejemplo, si una persona ha sido tratada con autoritarismo y agresividad por sus padres, probablemente tenderá a reaccionar con temor e impotencia, ante las figuras de autoridad, y lo expresará diciendo: "es que es todo un ejemplo a seguir". De este modo, la interpretación se da en el punto de unión de lo lingüístico y de lo no-lingüístico, del lenguaje y de la experiencia vivida, sea cual fuera, en su ser corporal, cotidiano, poético, social, histórico, cultural, etcétera.

¿Qué hace de peculiar la espiral? Por un lado, por medio del diálogo socrático, el Coach descubre el valor de la subjetividad y de la intersubjetividad, como condición de posibilidad, cambio y aprendizaje y, por otro lado, la reflexión y acción dialógica permiten al coachee, revisar y actualizar sus creencias, en planos cualitativamente superiores a los actuales.

La espiral expresa el proceso de pensamiento y emoción que le permite al Coachee entender que sus creencias son el resultado del fluir de la experiencia compartida, y que lo que él cree no es de su propiedad, es de otros, y que él puede erigir nuevas creencias, congruentes con sus expectativas de vida.

Es evidente, que, en cada momento del desenvolvimiento del dinamismo de la espiral (pre entendimiento 1 -reflexión de la acción-) en el siguiente punto de su desplazamiento, la posición (entendimiento 1 -reencadre de creencias-) puede ser ejecutada por la misma persona; pero también, pudiera ser un radical otro; es decir, un tipo de observador distinto; y así sucesivamente. Sin embargo, la persona es la misma en su esencia, sólo agregó conciencia, cambio y aprendizaje en su vida

(nuevos preentendimientos y nuevos entendimientos), retirando creencias que no le pertenecían. De modo que su vida, ahora, se expresa de la siguiente manera:



Así, la persona es condición de posibilidad de aprendizaje y cambio, gracias al espacio creativo de la reflexión de la acción. Su yo interno o íntimo se disuelve y dispersa, si reflexiona sobre su esfera compartida, su comunicación y su lenguaje. Aquí, evidentemente, lenguaje no es ni puede reducirse a lengua, tienen igual sentido las voces del silencio, los gestos, las señales, las marcas, los íconos; en fin, todas las diversas formas en que se materializa la expresión.

La espiral muestra, por tanto, que nuestras creencias no son, ni mucho menos, una determinación, no cierra el cauce; al contrario, abre posibilidades, gracias a su plasticidad, con la potencia de albergar infinitas intenciones y posibilidades, sometido a los avatares de ser reinterpretadas las creencias y, por eso mismo, enriquecerlas, desenvolverlas, corregirlas e, incluso, hasta suprimirlas.

Sergio Balderas Molina
Master Coach
Consultor e Instructor de
Alianzas Estratégicas en Capacitación.