

¿Para qué un Coaching?

Pareciera que el coaching es más antiguo de lo que uno cree. De hecho uno de los métodos del coaching aparece en la antigua Grecia con Sócrates. Él promovía en esa época el diálogo como una forma de llegar al conocimiento y así ayudar a sus discípulos a encontrar la verdad. A través de preguntas sacaba lo que había dentro, lo denominó "Mayéutica" que significa "Partera" como una forma de decir que él también daba a luz, en este caso la verdad que estaba oculta.



Luego en los años 70 el coaching aparece asociado al deporte, cuando se vio que el peor enemigo de un deportista era su propia mente. Desde ahí en adelante, esta metodología se fue adaptando al mundo empresarial con lo que hoy se conoce como Coaching Empresarial. De ahí, no pasó mucho tiempo para que bajara al ámbito personal y hoy en día se habla de este tema tan recurrentemente.

Pero ¿qué es el Coaching?

El coaching ha emergido en los últimos años como una disciplina que permite facilitar procesos de desarrollo en las personas sean estos de carácter personal, laboral u otro. Hay que partir de la base que el coaching no es una terapia psicológica como algunos creen o una consultoría en donde se darán consejos de lo que se debe hacer, sino más bien una metodología que permite a quien la realice, lograr la transformación y cambio de perspectiva de su problemática personal o laboral para



alcanzar sus objetivos. Se entiende, por lo tanto, como un proceso conversacional entre dos personas (coach y coachee) o más (coach y un equipo), que ocurre en un tiempo determinado y que estará basado en preguntas exploratorias del coach (entrenador) respecto a las creencias, valores, limitaciones, entre otras, del coachee (cliente que requiere entrenamiento o coaching). Esto le permitirá al coachee entender su problemática, tomar decisiones y comprometerse con el cambio que lo llevará a un nuevo nivel.

Actualmente existen distintas líneas de Coaching, ninguna excluye a la otra sino que se complementan mutuamente. Lo importante es entender, que sea cual sea la línea de trabajo el objetivo final será entender y trabajar las propias limitaciones que están impidiendo abrir nuevas posibilidades para una calidad de vida mejor.

En el ámbito organizacional, el Coaching permite potenciar el liderazgo, facilitar el aprendizaje y desarrollar aquellas competencias que se requieran para ser más efectivo, como la capacidad para escuchar, trabajar en equipo, comunicarse, entre muchas otras.

Hoy en día son cada vez más las empresas se están dando cuenta de que requieren que sus ejecutivos sean más autónomos, proactivos, participativos, colaboradores y líderes de sus equipos. Una parte importante de quienes ocupan cargos directivos, gerenciales y mandos medios presentan ciertas



carencias, limitaciones, vicios que hacen urgente la necesidad de cambio, y la capacitación o formación, no son suficientes para ello. Hoy se requiere de metodologías y planteamientos nuevos, que permitan aprovechar el potencial de las personas. Es por ello, que el coaching permite romper ciertos paradigmas en la gestión de personas, permite empoderarlas y con ello, establecer nuevas formas de percibir el trabajo, la vida personal, convivencia, liderazgo y responsabilidad dentro de la organización y por qué no, dentro de la sociedad de la cual forma parte.

Massiel Fernández M.

Socia Directora People & Company