

Pregunta de reflexión

Una pregunta de reflexión es una pregunta poderosa tan abierta que al cliente podría llevarle una semana ponderar todas las posibles respuestas. ¿No es eso una coincidencia? La pregunta de reflexión es una forma especial de pregunta poderosa que se le da al cliente como tarea. El objetivo es que el cliente reflexione acerca de esa pregunta entre sesiones y que busque respuestas desde todas las diferentes direcciones posibles. Día a día, la pregunta de reflexión puede sacar a la luz nuevos elementos de comprensión. Algunos ejemplos típicos son: ¿Qué estás tolerando en tu vida? ¿Qué falta? ¿Qué tienes que celebrar hoy? ¿Qué hay de importante en esto?

Algunos *coaches* diseñan una pregunta de reflexión sobre la marcha con sus clientes –una pregunta que capta la dirección en la que el cliente ha estado mirando durante la sesión–, como una vía para mantener viva la búsqueda. A veces el cliente se encuentra en el ámbito de la exploración interna y la mejor vía para que siga explorando es utilizar el poder de una pregunta de reflexión. En algunos casos, el *coach* simplemente escoge una pregunta de reflexión para esa semana e invita a todos sus clientes a que exploren esa pregunta provocativa concreta. Utiliza el sistema que mejor te funcione a ti, y por supuesto, a tus clientes.