

Los contextos y Proceso

Como recordarás, en el modelo de *coaching* co-activo existen cinco contextos de *coaching*:

- la intuición
- la escucha, especialmente de niveles 2 y 3
- la curiosidad
- la autogestión
- profundizar en el aprendizaje/impulsar la acción.

Estos contextos son los que llevamos al ámbito de la relación de *coaching*. Esto es cierto cuando estamos haciendo *coaching* tanto de Plenitud como de Equilibrio o de Proceso. Hemos comprobado que resulta especialmente útil recordar a los *coaches* estos contextos en relación con el *coaching* de Proceso y con cómo ayudar a los clientes a estar en el momento. Cuando los *coaches* preguntan: “¿Pero cómo hago *coaching* de Proceso?”, una de las respuestas que podemos ofrecer es que consideren los contextos. ¿Qué parte de tu intuición estás aportando al proceso? ¿Qué ocurriría si multiplicaras por dos el acceso que tienes a tu intuición? ¿En qué medida estás escuchando en el nivel 3? Centra tu escucha en el nivel 3 en el *coaching* de Proceso y haz *coaching* a lo que oigas ahí en lugar de dar espacio a los detalles de la historia. Muestra mayor curiosidad por aquello que está ocurriendo en el interior del cliente que por lo que está sucediendo afuera, en la vida del cliente. Observa dónde tienes colocados tus propios asuntos y autogestiónate. ¿Evitas hacer *coaching* de Proceso? Por último, recuerda que todo el *coaching* induce a la acción; pero especialmente en el *coaching* de Proceso, dedica primero un tiempo a explorar, investigar, profundizar en la experiencia y revelar aprendizajes.