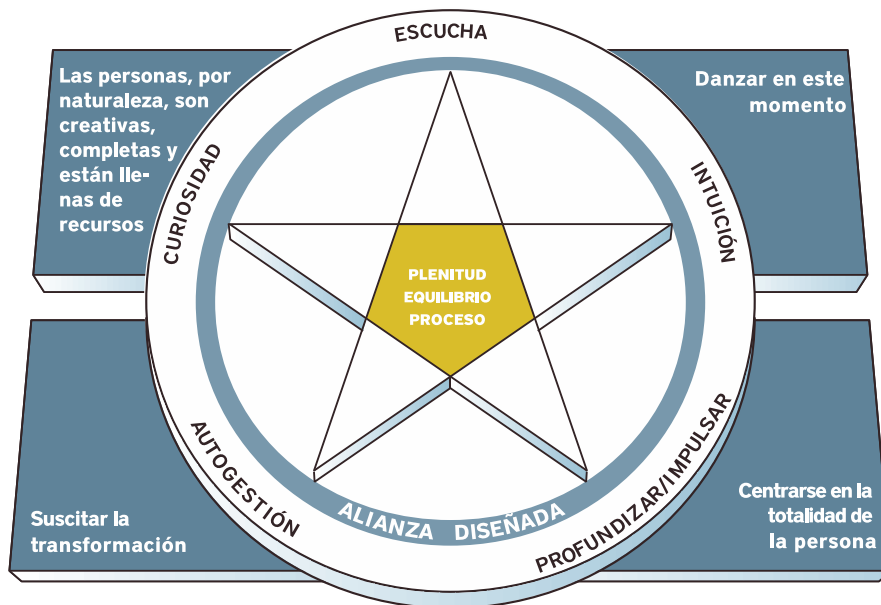


El modelo co-activo®

EL MODELO CO-ACTIVO®



Los cuatro pilares

1. Las personas, por naturaleza, son creativas, completas y están llenas de recursos.

- >> No hay nada roto, nada que necesite arreglo.
- >> Las personas tienen una capacidad natural para superar los retos a los que se enfrentan.

2. Danzar en este momento.

- >> Lo más creativo es trabajar con lo que surge en cada momento en lugar de hacerlo a partir de un plan rígido y previamente establecido.
- >> Las relaciones son un toma y daca fluido.
- >> Todo lo que sucede constituye una oportunidad para el aprendizaje y el movimiento.

3. Centrarse en la totalidad de la persona.

- >> Las personas conforman un sistema único y complejo en el que cada una de sus partes tiene un impacto sobre los demás aspectos.
- >> Es importante incluir todos los aspectos del ser humano: mente, cuerpo, espíritu y emoción.

4. Suscitar la transformación.

- >> Transformar y evolucionar son inherentes a la vida.
- >> Es imperativo que las personas nos exhortemos a la transformación las unas a las otras.

Principios

En el modelo de *coaching* co-activo® existen tres principios fundamentales, tres atributos esenciales del conjunto de aspectos que conforman la vida del cliente: su Plenitud, Equilibrio y Proceso. Estos tres principios son orgánicos y dinámicos. Los clientes progresan hacia una mayor plenitud, un mayor equilibrio y un proceso más eficaz en sus vidas, o se alejan de ellos. La intención última de cualquier *coaching* co-activo es ayudar a los clientes a que desarrollen al máximo su vida en estas tres áreas vinculadas a sus correspondientes principios. Uno de los aspectos que hace que el *coaching* co-activo sea único es que se basa en principios, no sólo en contenidos o en temas. Los *coaches* co-activos no sólo trabajan con sus clientes para incitarles a la acción y que profundicen en el aprendizaje con respecto a determinados temas, sino que los temas que los clientes le llevan a su *coach* también se plantean como vías hacia una plenitud, un equilibrio y un proceso mayores.

Contextos

En el modelo de *coaching* co-activo existen cinco contextos: la escucha, la autogestión, la intuición, la curiosidad e impulsar la acción/profundizar en el aprendizaje. Imagina que cada uno de ellos es una luz que proviene del *coach* y se proyecta sobre el cliente. Cada uno ilumina la relación de *coaching* de una manera diferente. Así por ejemplo, el contexto de la escucha aporta una determinada dimensión al *coaching*, el contexto de expresar en voz alta la intuición añade una nueva dimensión al *coaching*, etc. Integrando plenamente los cinco contextos en el *coaching*, el *coach* es capaz de estar plenamente presente, iluminando con fuerza al cliente en la interacción de *coaching*.

Habilidades

Entre las habilidades del *coaching* co-activo se incluyen técnicas específicas y destrezas tales como el reconocimiento, la síntesis o la petición. Estas habilidades tienen atributos claramente identificables y se desarrollan a través del entrenamiento y la práctica. Las habilidades de *coaching* co-activo también incluyen aquellos talentos o capacidades que desarrolla un *coach*. Así por ejemplo, todas las personas tenemos la capacidad de escuchar; escuchar a los Niveles 2 y 3 es sin duda una habilidad que se puede desarrollar. Las habilidades son perceptibles. Otras personas podrán percibir si éstas están en juego o no y dar *feedback* sobre su presencia o ausencia, así como sobre el nivel de pericia que alguien mostró utilizando una determinada habilidad.

La agenda del cliente

El cliente es la “estrella” en nuestro modelo co-activo de *coaching*, y en el corazón de la vida del cliente residen los tres principios básicos de Plenitud, Equilibrio y Proceso. Estos tres principios representan la agenda subyacente de la vida del cliente y son el foco fundamental en el que se centra todo el *coaching*. Surgirán temas específicos sobre los que trabajar (una transición profesional, la gestión del tiempo, hacer ejercicio, pasar un duelo): éstos conforman la agenda de cuestiones específicas que los clientes llevan a su *coaching*, y conducen a la Plenitud, el Equilibrio y el Proceso.

Plenitud

Aquello que lleve a los clientes a la plenitud será marcadamente personal. Consideramos que la plenitud es vivir una vida que valoramos, hoy. La plenitud siempre está al alcance de nuestra mano, cada día, si vivimos de acuerdo con lo que más valoramos. Es una orientación interna. Por ello la plenitud deja de ser algo que el cliente alcanzará en un futuro incierto: es algo posible hoy. Alcanzar

objetivos puede resultar muy satisfactorio, pero la mayoría de los clientes consideran que también se realizan viviendo una vida llena de propósito mientras alcanzan dicho objetivo.

Equilibrio

Dado que la vida siempre está en movimiento, el equilibrio es un concepto dinámico. Los clientes progresan hacia un mayor equilibrio, o se apartan de él. El equilibrio nunca es estático. No es un lugar al que haya que llegar. El *coaching* de equilibrio empieza invitando a los clientes a que contemplen sus vidas desde una serie de perspectivas, para que luego puedan elegir libremente su propia versión de una vida equilibrada. El *coaching* de equilibrio consiste en ayudar a los clientes a que hagan elecciones que les den vida. También se ocupa de crear un plan de acción basado en las opciones de cada cliente y en que el cliente se comprometa a aplicar dicho plan y a pasar a la acción. La relación de coaching proporciona una estructura de responsabilidad que permite a los clientes permanecer en la acción.

Proceso

Siempre estamos en el proceso de nuestras vidas. En ocasiones éste resulta refinado, elegante, fluye con suavidad. Otras veces se asemeja más a estar atrapado en el fango. A veces da la sensación de alegría y energía. Otras más bien de lucha y dolor. Donde estamos en el proceso es donde estamos, queramos o no estar allí. El trabajo del *coach* en el *coaching* de proceso es estar con su cliente dondequiera que éste se halle en el río de su vida: ya sea la línea de corriente, que se mueve a toda velocidad, o las cenagosas aguas muertas. El trabajo del *coach* consiste en ayudar a su cliente a transitar por este proceso de modo que pueda llegar a la otra orilla. Cuando el cliente evita o niega el lugar en el que se encuentra, ello no hace más que prolongar la situación de punto muerto. Es como si tratara de contener el río. Esto nos evoca el viejo dicho: “aquello a lo que te resistes persiste”. En lugar de luchar contra ello... o de desear que fuera de otra manera... asúmelo y fluye con ello.

Los cinco contextos

En el modelo de *coaching* co-activo®, el cliente es la estrella, y en el centro de esa estrella están la Plenitud, el Equilibrio y el Proceso del cliente. Girando en torno al cliente y a su plenitud, equilibrio y proceso están los cinco contextos: escucha, intuición, autogestión, curiosidad e impulsar la acción/profundizar en el aprendizaje. A diferencia de las habilidades, estos cinco contextos no son algo que el *coach* haga, sino que, en conjunto, abarcan el terreno a partir del cual se desarrolla el *coaching*. Con que falte uno solo de los cinco contextos ya no está habiendo *coaching* co-activo.