

INTRODUCCIÓN

Se ha demostrado que el coaching es una herramienta eficaz y poderosa para la evolución y el cambio de las personas tanto en el ámbito profesional como en el entorno personal. También se ha puesto de manifiesto que el coaching es una técnica científica: es una técnica porque requiere de procedimientos, procesos y metodologías especiales, y es científica porque responde a una serie de leyes testadas, confirmadas y de necesaria aplicación si se quiere alcanzar los resultados que se pretende.

En los textos *Coaching hoy* y *Coaching mañana* (editados ambos por la Editorial Universitaria Ramón Areces), se profundiza desde una perspectiva profesional en los diversos aspectos que abarca el coaching haciéndose especial hincapié en la relación personalísima entre coach y coachee. Sin embargo el texto que presentamos, abre el abanico para todas aquellas personas que quieran o necesiten un cambio y que consideren que se merecen una nueva oportunidad en aras a su seguridad y su felicidad.

Todos nos merecemos una nueva oportunidad, o mejor dicho, todos nos merecemos oportunidades permanentes. Wiston Churchill afirmaba que «las dificultades nominadas, se convierten en oportunidades ganadas» y Milton Berle nos enseñó que «si la oportunidad no llama, hay que construir una puerta». En otro escenario, Bruce Lee repetía «al diablo con las circunstancias, yo creo oportunidades».

A lo largo de casi 20 años como coach profesional he podido comprobar que no solamente todos los cambios son una oportunidad, sino que los resultados mejoran a las personas y las renuevan para enfrentarse con más certezas a su incierto futuro. El coaching es el proceso de acompañamiento que facilita el cambio y que ayuda a

enfrentarse a ese incierto futuro con garantías de autoconfianza, fe y mejor conocimiento personal.

Algunas de las reflexiones que incorporo en este libro, proceden de los post que en los últimos años he publicado en el blog de EOI. En ellos, he querido demostrar el valor de las personas, el poder de su voluntad y la potencia de su pensamiento. Sería imposible hablar de personas sin pensamiento y voluntad. Sería imposible revisar nuestro futuro sin no creemos y no nos comprometemos con él. Sin duda el compromiso vuelve a ser la esencia de nuestra alma.

Quien lea las siguientes páginas va a encontrar un mundo abierto a sus propios ideales y al final de su recorrido estarán los objetivos que se haya marcado. Llegar a esos objetivos representa el éxito del compromiso. «Mantente comprometido con tus decisiones, pero se flexible en tu enfoque» nos decía Anthony Robbins, sin olvidarnos que «el compromiso nunca es una palabra y siempre es un acto» (Jean Paul Sartre).

El coaching nunca es un proceso rígido. Todo lo contrario, el coach debe adaptar a la personalidad y a las circunstancias del coachee la mejor manera de llevarlo a cabo. Cuando se pide un esfuerzo se ha de ser consciente de que el coachee está dispuesto a darlo. Pero cuando es el coachee el que exige el esfuerzo, el coach sabe que ya se ha andado gran parte del camino. Por eso vale la pena arriesgarse para ganar lo que durante mucho tiempo ha estado oculto, o lo que durante mucho tiempo hemos intentado lograr.

El hombre tiene que establecer un punto y seguido para sus futuros consecutivos y nunca un final concreto para su evolución. Cada comienzo es un despertar de ilusión. Muy en contra de aquel refrán de Edgar Allan Poe que decía «que todo debe empezarse por el final». Para quienes pensamos que el futuro es el tiempo en el que vamos a pasar el resto de nuestra vida, la reflexión de cada mañana es tu mejor esperanza.

Aceptar el coaching, abrir la mente al coaching, comprender el coaching y ejercitarlo es una experiencia vital que nadie debería perderse.