



# MÓDULO 1

## El Origen del Coaching

### LECCIÓN 1

---

FACILITADOR: Coach Bernabé Saldaña



El origen etimológico del vocablo "coaching" parece que se remonta a principios del siglo XV. Se dice que la palabra "coaching" es una transformación del nombre de un pequeño pueblo perteneciente a la Hungría de la época llamado Kocs. Un lugar por el que pasaban gran multitud de viajeros y en el que se estableció un servicio de carruajes que permitía su comunicación con otros pueblos cercanos a horas y días determinados. El servicio que ofrecían rápidamente se hizo muy famoso por su eficacia, rapidez y confort. Y entre los pasajeros comenzó a conocerse la línea de transporte como el "Carruaje de Kocs".

Este término pasó al alemán como "kutsche", al italiano como "cocchio", al inglés como "coach" y al español como "coche".

El Coaching transporta a las personas de un lugar a otro, es decir de donde están a donde quieren estar.

En el mundo anglosajón la palabra coach está muy relacionada con el mundo del transporte. Hoy en día a los autobuses de línea se les llama "coach" y la alta sociedad del siglo XVIII, denominaba coaching a una serie de carruajes que eran tirados por caballos.

Así pues, vemos que a lo largo del tiempo la palabra "coach" o "coaching" viene del hecho de transportar o llevar a alguien de un sitio a otro o de un estado a otro.



## INFLUENCIA DE SÓCRATES

---

La figura de Sócrates es la más referenciada cuando hablamos del origen del coaching. Lo cierto es que así como él, los coaches “ayudamos a que nuestros clientes examinen sus vidas para que merezcan ser vividas”. Para conseguirlo, nuestra metodología se basa en el Arte de la Mayéutica, a través del cual nuestro cliente encuentra su verdad o la verdad (dependiendo de la visión de mundo propia del cliente), con una función práctica para su vida.

Consideramos, así como Sócrates, que no existe el enseñar sino sólo el aprender, y éste surge sólo reconociendo que el conocimiento no está en el coach sino en los propios coachees (clientes). En este sentido, el coaching, es un recipiente vacío donde mientras más “abierto” sea el coaching, mayor lugar daremos al trabajo con el conocimiento propio del cliente. En caso contrario, el coaching será limitado y deficiente.

Otra influencia propia de la filosofía Socrática, es que ayudamos a que nuestros clientes en ciertos momentos sean conscientes de sus incompetencias, para luego estar en mejor posición frente a la consecución de sus objetivos. Saber que no sabemos nada, es siempre un punto de partida imprescindible de la buena práctica del coaching. También, reconocemos la importancia de no confundirnos con los “coaches sofistas” de nuestro tiempo (que utilizan la persuasión por la persuasión y venden éxito y fama incondicionalmente).



## INFLUENCIA DE PLATÓN

---

En el pensamiento de Platón, reconocemos la estructura de sus diálogos, como sesiones de coaching primitivas. Una de las conclusiones más evidentes, del análisis de sus diálogos, es la importancia de las preguntas como herramienta de trabajo que potencia las conversaciones (diálogos), y que sirven de método para la adquisición del conocimiento en nuestros clientes. Las preguntas poderosas y la escucha activa, son las dos herramientas o habilidades más importantes que un coach debe aprender para transformarse en un verdadero catalizador del otro. De hecho, gran parte de la formación en coaching consiste en el desarrollo y fortalecimiento de éstas habilidades profesionales.

También, al igual que Platón, entendemos a la educación como formadora del carácter. Nuestro trabajo consiste en ser catalizadores del autoconocimiento, tanto del espíritu, como del cuerpo, la mente, el corazón y las relaciones sociales de nuestros clientes. El conocimiento de uno mismo es el marco a través del cual nuestros clientes pueden acceder a un desempeño extraordinario, producto de un proceso de aprendizaje fuera del alcance técnico y formal. El autoconocimiento se transforma, de esta manera, en la fuente real de todo proceso de coaching.

Platón disentía en algunos aspectos ideológicos con su maestro Sócrates y sin embargo entendía el valor de las conversaciones tal como le enseñó su maestro. Nosotros, los coaches, entendemos que el coaching no es una ideología, sino más bien un método basado en procesos de relaciones humanas que puede trabajar con las personas independientemente de sus credos, religiones y filosofías personales.



## INFLUENCIA DE ARISTÓTELES

---

Es sabido que Aristóteles, como realista, se contraponen diametralmente a la filosofía idealista de Platón. Sin embargo, el coaching consigue integrar las ideas que de ambos se desprenden. Por ejemplo, Aristóteles nos ha enseñado a trabajar principalmente en el nivel “apetitivo intelectual” (honos, reconocimientos y autorrealización) del hombre. Nos dice básicamente que el hombre puede llegar a ser lo que desee, dependiendo de las cosas que grabe en ella. Podemos pasar del ser, entendiéndolo como “lo que nos viene dado” o primera naturaleza, al deber ser, nuestra segunda naturaleza. Del ser (donde estoy), al deber ser (donde quiero llegar) hay un camino que recorrer, posible y con un fin en sí mismo. Siguiendo en la misma línea, Aristóteles nos ha mostrado que la búsqueda de la felicidad (argumento teleológico) es uno de los motivadores más importantes en el hombre, incluso en el siglo XXI.

Finalmente, Aristóteles, nos explicó que la metodología básica para llegar a ser lo que debes ser, es la acción (hábito). La acción, como veremos a continuación, es una de las dos caras de nuestra moneda como profesión. Sin ella, las sesiones de coaching no tendrían sentido alguno.

## INFLUENCIA DE LA FILOSOFÍA EXISTENCIALISTA

La filosofía existencialista y la fenomenología han sido las dos fuentes de influencia que consolidaron la Psicología Humanista, y ésta última ha influenciado en gran medida a la propia metodología del coaching. A pesar de esta declaración, el coaching, se ha consolidado como una metodología con identidad propia dado que ha conseguido integrar todas las influencias que hasta aquí he mencionado en un todo armónico y metodológico.

El eje central del central del coaching es, así como determinó la filosofía existencialista, la existencia individual. Es así como los seres humanos tenemos la capacidad de darnos cuenta o tomar conciencia de nosotros mismos para re-plantearnos nuestro propio proyecto de vida. Por ello en el coaching es fundamental esta reflexión interna, y la toma de conciencia tanto interna como del entorno que nos rodea. Si Aristóteles nos enseñó que la acción hace a la construcción de nuestro propio ser (a través del hábito), la filosofía existencialista nos presenta la otra cara de la moneda: la reflexión.

Otra influencia propia de la filosofía existencialista, es que en nuestro trabajo nos orientamos al qué y al cómo, y no tanto al porqué de las cosas y las conductas. Este principio es un axioma fundamental de la metodología del coaching.

## INFLUENCIA DEL MÉTODO FENOMENOLÓGICO

La fenomenología, desconocida por muchos, nos ha enseñado (incluso mucho antes que el desarrollo de la Programación Neurolingüística), que es imprescindible abstenernos de todo prejuicio para con nuestros clientes, de manera que permitamos que ellos mismos encuentren sus conciencias más puras. De la misma manera, el coaching se aleja de los conocimientos técnicos o preconocimientos, para conseguir que la intuición se manifieste, y así poder percibir a la persona como un todo (visión global). Nuestra visión global permite, a su vez, que el otro (nuestro cliente) se perciba a sí mismo tal como es, encontrándose consigo mismo.

# INFLUENCIAS DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

En la Psicología Humanista se fusionan las dos influencias antedichas (Filosofía Existencialista y Método Fenomenológico). Curiosamente, a mediados de los años ochenta, cuando la Psicología Humanista entra en devaluación, comienza a gestarse el coaching tal como lo conocemos hoy día. El coaching habla el mismo lenguaje de la Psicología Humanista con conceptos como: conciencia, libertad, voluntad, autorrealización, y liberación del potencial.

Dada la cantidad de valor añadido que, por parte de la Psicología Humanista, hemos recibido, mencionaré esquemáticamente su influencia y enseñanzas prácticas al mundo del coaching.

- Valoramos la peculiaridad de las personas reconociendo que cada ser humano es diferente.
- “Trabajamos” con la conciencia, dejando de lado todo aspecto del inconsciente. La conciencia es la que otorga libertad y capacidad de elección al hombre.
- Buscamos significados no explicaciones.
- Las sesiones de coaching son no-directivas.
- El coaching se centra en el cliente, no en los objetivos. En otras palabras, es a través del cliente como trabajamos los objetivos. Nunca un objetivo estará por encima de la persona.
- El Rapport es fundamental en la relación humana entre el coach y el cliente.
- Nuestros clientes son responsables de la dirección y del plan de acción que se establece en cada sesión.
- Las principales herramientas de un coach son sus cualidades.
- El coaching no enseña, el cliente aprende.
- El coaching se enmarca, normalmente, dentro de los factores motivadores del ser humano: la auto superación o autorrealización.
- Nos orientamos al comportamiento (hacer, vivir y sentir).
- Hacemos que nuestros clientes se planteen qué quieren llegar a ser, desde el presente hacia el futuro, construyendo su realidad.
- La relación coach - coachee se establece en un marco íntegro de confianza en el otro. La aceptación y la comprensión de la persona dentro del marco de la confianza, es un axioma fundamental del coaching.
- El coaching trabaja con la pulsión del síndrome de crecimiento de las personas. También reconocemos el síndrome de la decadencia y el juego que entre ambas se advierte en el ser humano.

## INFLUENCIAS DEL CONSTRUCCIONISMO

El construccionismo nos ha enseñado a facilitar, en nuestros clientes, la construcción del conocimiento (del mundo interior y exterior). Reconocemos, gracias a esta influencia, que el pensamiento, el lenguaje y la acción son fundamentales en los procesos de coaching y que determinan nuestro ser y hacer.

## INFLUENCIAS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Existe una idea generalizada y difundida de que el deporte ha tenido una influencia directa en el coaching. Si estudiamos detenidamente la influencia que desde el deporte nos ha llegado, veremos que la verdadera influencia es la que hemos mencionado anteriormente, y que poco o nada hemos recibido de las técnicas propiamente deportivas tradicionales.

Lo cierto es que la referencia más cercana de las influencias del deporte en el coaching la encontramos en Timothy Gallwey, quien desarrolló una metodología de entrenamiento denominada The Inner Game (El Juego Interior).

John Whitmore, reconocido como uno de los coaches más importantes de Europa, recibió una influencia directa de Timothy Gallwey al asociarse junto a él, y difundir The Inner Game en Inglaterra. A pesar de ello, es importante reconocer, que la metodología de The Inner Game es diametralmente opuesta a las técnicas tradicionales de entrenamiento. Las propias palabras de Timothy Gallwey respecto de su metodología son: "Siempre hay un juego interior en tu mente, no importa qué esté sucediendo en el juego exterior. Cuán consciente seas de este juego podrá marcar la diferencia entre el éxito y el fracaso en el juego exterior". Los mismos entrenadores de su época se vieron amenazados por sus prácticas, dado que Timothy se transformó en entrenador de la mente y sus técnicas eran diametralmente opuestas al entrenamiento del cuerpo.

En el coaching reconocemos que hay un juego interior (Inner Game), que se juega en nuestra mente y en la mente de nuestros clientes. Este "juego" es tan importante como el exterior, aún en el trabajo. También entendemos, tal como lo hace Timothy, que el enemigo, en muchos sentidos, somos nosotros mismos.

# DE 1980 A NUESTROS DÍAS

---

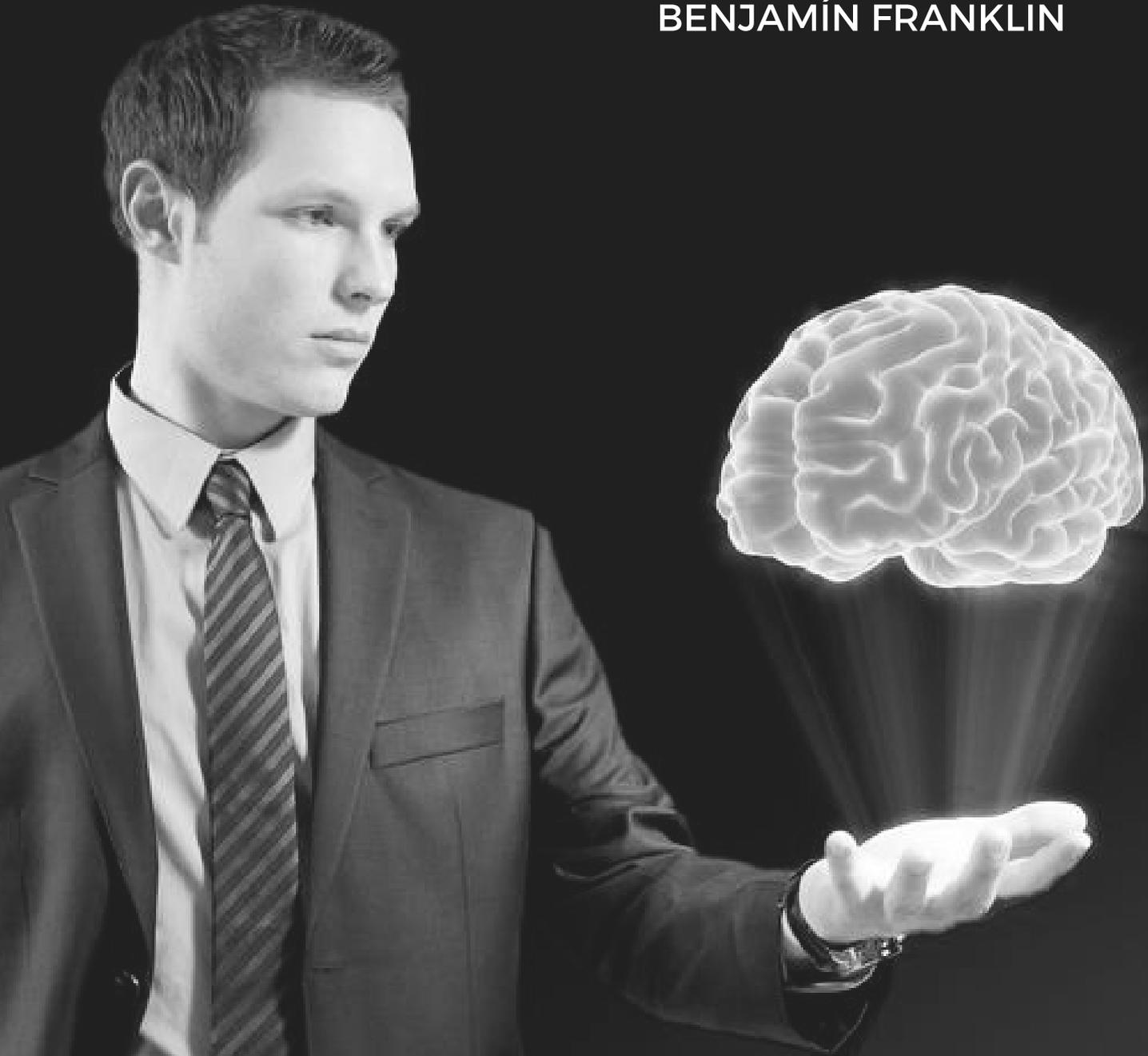
1980 resulta una fecha clave dentro del desarrollo de la profesión del coaching. Muchos son los autores que han determinado que el origen del coaching comienza por esta época. Lo cierto es que en los años 80', el coaching comienza a difundirse tal como lo conocemos hoy día. Por esas mismas fechas la Psicología Humanista sufre un decaimiento importante producido por la dura crítica de la Psicología Académica. Sólo unos pequeños grupos continuaron desarrollándola y practicándola. De alguna manera, el coaching, es una extensión o continuación de la ideología fundamental que la Psicología Humanista ha intentado profesar. Aun así, nuestra profesión, ha desarrollado métodos y prácticas propias elaboradas gracias a todas las influencias que hemos comentado.

Por esta razón podemos afirmar, sin temor a equivocarnos, que el coaching lleva más de 37 años de presencia y práctica en todo el mundo. A partir de los años 80', entonces, el coaching comienza a consolidarse como una metodología con identidad propia. Bajo esta identidad, se han desarrollado cuatro grandes áreas de trabajo, que hoy conocemos como: Coaching Personal (Life Coaching), Coaching de Carrera (Career Coaching), Coaching Ejecutivo (Executive Coaching) y Coaching Organizacional (Corporate Coaching).

La difusión del coaching, como disciplina, se expande de formas diferentes según los diferentes contextos culturales, produciendo un desarrollo exponencial que ha hecho que el coaching se haya transformado, en muy poco tiempo, en una de las profesiones más desarrolladas del siglo XXI.

Vacía tu bolsillo en tu mente, y tu  
mente llenará tu bolsillo.

BENJAMÍN FRANKLIN



Este material ha sido producido integralmente por Crecimiento Training.  
Está prohibida su reproducción total o parcial de cualquier forma, sin  
previa autorización.

**CRECIMIENTO** 