

“Nuestro porcentaje de influencia ronda, como mucho, el treinta por ciento. El secreto está en potenciar lo que pueden hacer tus jugadores”. La voz aguardentosa de Alfio Basile retumba contundente. Ya más abocado a las reuniones con amigos que a dibujar tácticas en el pizarrón, “Coco” pinta a la perfección el ABC de un director técnico: allanar el camino para que el rendimiento de sus dirigidos sea óptimo, para que se sientan confiados en sí mismos y desplieguen sus aptitudes al límite máximo.

Hasta aquí, nada novedoso. Sin embargo, ¿cómo reaccionaría si le dijéramos que esta manera de afrontar las metas está excediendo lo que ocurre en el verde césped o en cualquier otra cancha? Los especialistas hablan de una disciplina que suma cada vez más adeptos: el “Life Coaching”, que se centra en el aquí y ahora, citándose a personas con inquietudes en cualquier ámbito: profesional, afectivo, social, deportivo, etcétera. Quienes acuden a ella pueden descubrir sus habilidades, reconocer los impe-

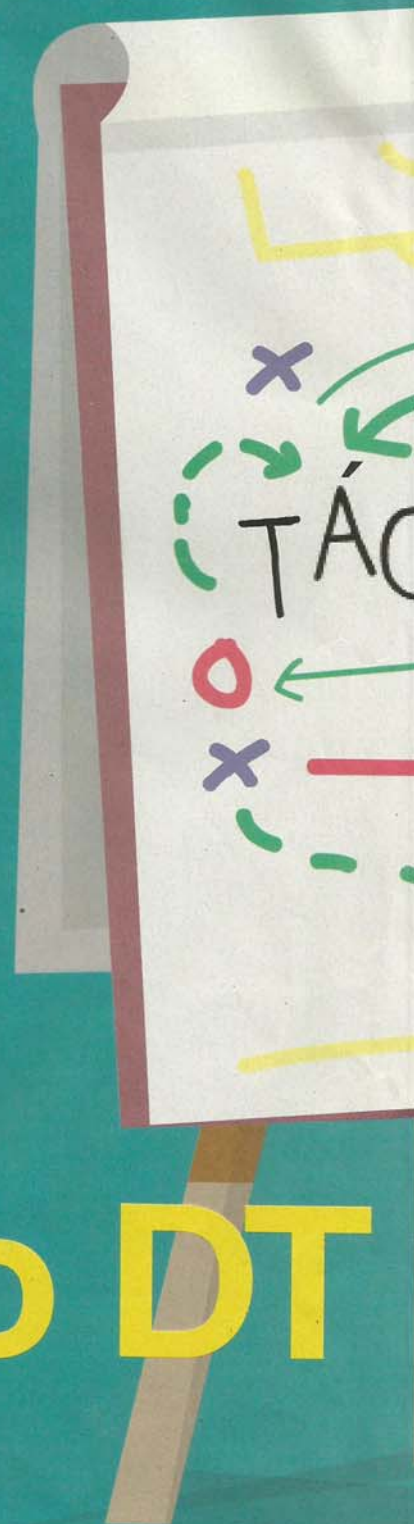
dimentos y confeccionar un plan para buscar soluciones a corto plazo.

“En la actualidad, esta metodología se está consolidando y está demostrando su utilidad para acompañar y facilitar el proceso de aprendizaje y cambio”, explica Oscar Anzorena, licenciado en Comunicación, master en Programación Neurolingüística, y director de la Escuela de Liderazgo y Coaching. “El ‘Life Coaching’ está en auge porque cada vez hay más conciencia sobre la necesidad de tener a alguien que te ‘entrene’ para alcanzar el éxito personal o laboral”, agrega la coach Mariana Ferrari, creadora de la plataforma online [comocambiarlavida.com](http://comocambiarlavida.com).

Observar, escuchar, dar en el clavo con las motivaciones, los prejuicios y, a partir de ello, acertar con el ángulo desde el cual avanzar. La tarea del coach no es soplar y hacer botellas. “Lo que hacemos es expandir la capacidad de acción y mejorar los niveles de desempeño. ¿Cómo? Logrando identificar y superar las trabas y resistencias que condicionan nuestros comportamientos y dificultan la materialización de nuestros sueños. Ayudamos a aprender, que es muy diferente de

Cada vez más personas acuden a la figura del coach para superar los problemas y cumplir sus metas. En la Argentina crece el número de egresados en esta especialidad. Entretelones del fenómeno “Life Coaching”.

# Mi propio DT



enseñar. El coach no opina sobre lo que hay que hacer, no juzga, no brinda consejos ni impone su modo de pensar. No. Solo interviene para que el individuo se tope con vías desconocidas que le permitan encarar su dilema en forma positiva. Plantea preguntas que estimulen a reflexionar, a recapacitar críticamente, a poner en jaque el sistema de creencias, y a tornar discutible lo que se considera incuestionable”, describe Anzorena, coach organizacional y autor del flamante libro *Teoría y práctica del Coaching Ontológico Profesional*.

En la Argentina, hay más de veinte escuelas, distribuidas en once provincias, donde se contabilizan, anualmente, más de seiscientos egresados. Avaladas por la International Coach Federation (ICF), dictan materias que engloban el “Life Coaching”: psicología, programación neurolingüística, meditación, diplomacia, y negociación, entre tantas otras.

“Hay diversos enfoques. Desde la óptica del Coaching Ontológico Profesional, por ejemplo, los problemas no son independientes de cómo razonamos y sentimos. La forma en que visualizamos un traspie es fundamental: el análisis que se hace sobre una situación es trascendental para poner manos a la obra. El coach parte del

**“El ‘Life Coaching’ está en auge porque cada vez hay más conciencia sobre la necesidad de tener a alguien que te ‘entrene’ para alcanzar el éxito personal o laboral”.**

**Mariana Ferrari**



**“El coach no opina sobre lo que hay que hacer, no juzga, no brinda consejos ni impone su modo de pensar. Plantea preguntas que estimulen a reflexionar”.**

**Oscar Anzorena**



principio de la autonomía de la persona; por lo tanto, trabaja para que sea ella quien asuma sus propias determinaciones”, esgrime Anzorena.

### **Radiografía del “Life Coaching”**

Dentro de este fenómeno, los expertos mencionan a los coach como los nuevos “personal trainers”. “¿Cuál es su mayor mérito? Hacer que produzcamos perspectivas distintas a las que teníamos. Dentro de los parámetros esperables, todos tenemos el poder de conquistar lo que queremos. Parece una utopía, pero no lo es”, desliza María Leunda, comunicadora publicitaria e integrante de “Coach para mujeres”, donde se llevan a cabo consultas grupales e individuales, con áreas específicas, como el “Coaching para emprendedoras” o el “Coaching para mamás”.

A lo que se apunta es a salir de la zona de confort sin tener que dar pasos traumáticos. La idea de “patear el tablero” es seductora, “marketinera”, pero

**Oscar Anzorena**  
TEORÍA Y PRÁCTICA DEL  
**COACHING**  
**ONTOLÓGICO**  
**PROFESIONAL**

LA PROFESIÓN DEL  
DESARROLLO DEL  
POTENCIAL HUMANO

no siempre es indispensable: los grises existen. La clave está en trazar una ruta que se extienda de un destino a otro, claro, preciso, evitando grandes cruzadas que naufragan apenas nos embarcamos en ellas. “Hay estrategias enfocadas en la obtención de resultados concretos, en un brevísimo período. Generalmente, la terapia está orientada hacia el autoconocimiento progresivo, lo que suele demandar años”, ahonda Ferrari.

Los tipos de entrenamientos son variados y dependen de cada “DT”. Para muestra, basta un botón: “Nuestros encuentros son cara a cara, una vez por semana, y se prolongan entre una y dos horas. Fijamos las metas y diseñamos la labor en conjunto. Últimamente, están surgiendo espacios virtuales como el Skype o el e-mail, en los casos en que las personas están radicadas en otras ciudades o países”, ilustra María Laura Gini, licenciada en Psicopedagogía, Psicopedagoga Laboral, y coach ontológico, empresarial y deportivo, perteneciente al staff de “Coach para mujeres”. Desde su experiencia, Ferrari acota:

#### **Los objetivos del “Life Coaching”**

- Crecer de manera personal y profesional.
- Entender el significado de cada situación, acontecimiento.
- Hacerse cargo y responsable de las circunstancias que nos rodean.
- Saber manejar las emociones.
- Tomar decisiones postergadas.
- Reconocer las necesidades y saber actuar en consecuencia para satisfacerlas.
- Comprometerse a asumir acciones concretas.



Florencia Mutio, María Leunda y María Laura Gini forman el equipo de "Coach para mujeres", donde realizan trabajos especiales para emprendedoras y mamás



"Hay muchas clases de coaching, y, por ende, también muchas de coaches. Lo que hago yo es un 'plan de inmersión' de tres días en contextos muy especiales, fuera de la realidad cotidiana del cliente. Nos preparamos mental y hasta físicamente para ocuparnos solo de su

con respecto a nuestros valores; a ser responsables por lo que hacemos y, a su vez, por lo que decidimos no hacer. Nos posibilita estimar nuestros propios recursos, mantener las convicciones, y entender que la autoconfianza es ese sostén interior que opera como puente para transitar la incertidumbre que puede generar

un cambio. Para que esto se logre, el coach debe fomentar un ambiente ético basado en el respeto, la franqueza y el compromiso irrestricto de servicio", advierte Anzorena.

La sociedad moderna nos interpela con desafíos inéditos. Uno de ellos es dilucidar con exactitud qué significa la felicidad para cada uno. "Vincular el hacer con la razón de ser adquiere tal relevancia que termina alineándose con la realización personal", define Anzorena. Ferrari coincide y concluye: "Gracias al movimiento de la psicología positiva, se registran infinitos estudios acerca de cómo aumentar las buenas emociones y capitalizar los talentos. La felicidad no es un concepto abstracto e inalcanzable, como la angustia o la excitación; se puede provocar y se puede controlar. A través de las neurociencias, podemos 'cablearnos' de forma tal que nos podemos predisponer a triunfar. Tenemos que agradecer que, hoy por hoy, poseemos muchísimas más herramientas para lograrlo que hace veinte años".

### Ni psicólogos ni terapeutas

"El coaching no es terapia y está muy lejos de serlo. La diferencia, básicamente, está en la metodología de trabajo: nos abocamos al ahora, al corto plazo", subraya María Laura Gini, licenciada en Psicopedagogía. Por su parte, Oscar Anzorena, coach organizacional, sentencia: "El 'Life Coaching' no opera en el área de la salud mental, ni en trastornos, ni en problemas de comportamiento. Es decir, no pretende solucionar patologías; por lo tanto, no realiza diagnóstico ni prescripción de ningún tipo. El coaching acompaña a las personas para que desplieguen sus facultades, sus atributos. El desafío es llegar a ser la mejor versión de uno mismo".

preocupación, de aquello a lo que se quiere sobreponer".

En definitiva, lo que se intenta es sortear la brecha de efectividad entre lo que deseamos que suceda y lo que, en rigor, se está consiguiendo. "El 'Life Coaching' nos insta a hacernos cargo, a desenvolvernos coherentemente

### Más info

[www.dpoconsulting.com](http://www.dpoconsulting.com)  
[www.icfargentina.org](http://www.icfargentina.org)  
[www.coachdemujeres.com](http://www.coachdemujeres.com)

Benito LeGrande



Por Mariano Petrucci.  
 Fotos: angrith/istockphoto  
 y freeimages.com