



LA COSTUMBRE ES MÁS FUERTE QUE EL AMOR

Hugo Urdaneta Fonseca (*)

15 de noviembre 2017

Quizás usted estará preguntándose la razón del título de este artículo, porque sí, es cierto es similar al título de una canción del famoso cantante mexicano ya fallecido Juan Gabriel.

Pero es que una de las conductas, sino la principal con la cual el coaching tiene que lidiar es con las costumbres del coachee, que en otras palabras no es más que el apego a realizar lo que hacemos día tras día, que unos llaman zona de confort, pero que yo prefiero llamar zona de costumbre, porque muchas veces no nos genera ningún tipo de confort, muy por el contrario, nos puede generar hasta malestar, pero por costumbre lo aceptamos, costumbre que esconde miedos e inseguridades.

La barrera más importante que el coach se consigue al trabajar con el coachee, en la mayoría de los casos es la costumbre que éste tiene de comportarse de una manera, a un tipo de trabajo, a unos procedimientos, a un estilo de liderazgo, porque simplemente es la costumbre, no importa incluso que esta le esté causando un daño emocional, o que sea improductiva o ineficiente en términos de resultados, ya abra un menú de excusas para justificarlas.

LA EXCUSA, LA HIJA FAVORITA DEL MIEDO

La excusa es la más nefasta de las actitudes para el cambio, es un mecanismo que como humanos utilizamos para sentirnos bien con nosotros mismos, es también una manera de no enfrentarnos a nuestros miedos. Las excusas como barreras para el cambio tienen dos tipos de interpretaciones, la primera y más nefasta son aquellas que tienen que ver con factores o elementos externos al coachee, he escuchado infinidad de razones que culpan a la falta de compromiso de los trabajadores y colaboradores, a los jefes, a la cultura de la organización, al país y hasta el universo, esto tiene que ver con el locus de control externo.

Otro tipo de excusas, un poco menos común pero que igualmente se presentan con frecuencia, son aquellas imputables a uno mismo, a nuestro ser, así soy yo, a mi herencia, en mi casa siempre se hacía así, mi mamá siempre me repetía ese mensaje, es mi forma de ser y eso es muy difícil de cambiar.

Hacerle ver al coachee que los humanos, no tanto somos, sino, que hacemos, una persona no es desordenada, actúa o se comporta de forma desordenada, al fin de cuentas cambiar una conducta es más fácil que cambiar nuestro "ser"

EL TRABAJO DEL COACH

Toca al coach identificar a través del proceso de indagación, del lenguaje verbal y corporal identificar esas costumbres a las que el coachee está aferrado, escuchar sus argumentos, profundizar para encontrar los miedos que se esconden detrás de las excusas, detrás de la costumbre, el objetivo en esta etapa es que el coachee identifique y se sensibilice con su conducta, su costumbre, cómo lo está limitando y que no tenga miedo de conocer sus miedos, al contrario, conociendo sus miedos, y entendiendo que el miedo, a pesar de ser una emoción categorizada como negativa, no es bueno ni malo, es malo cuando es paralizante, es bueno cuando nos protege contra el peligro y nos hace ser más cautos, aquí también el coach juega un papel fundamental al ayudar al coachee a reconciliarse con el miedo, entendiéndolo y manejándolo, lo que es parte importante del desarrollo de nuestra inteligencia emocional.

EL COACH POSITIVO

Una vez que el coach logra que el coachee se sensibilice con sus miedos, empieza un proceso de acompañarlo para que identifique sus fortalezas, sus competencias, sus sueños, su visión, los recursos con los que cuenta, no se trata de negar las dificultades, los miedos y las adversidades, sino identificar con lo que se cuenta para poder enfrentarlos, en como una especie de balance emocional, en donde lo importante no es no tener pasivos, sino que los activos sean mayores, de manera de tener un balance sano y positivo.

El trabajo del coach es ayudar y conducir al coachee para que descubra y potencie sus activos, sabemos que no es fácil, cuando las costumbres y los miedos están profundamente internalizados, que el coachee salga de esa zona de costumbre y lo haga con éxito es el gran reto, para eso indagar, escuchar, retroalimentar y motivar son habilidades que todo coach debe desarrollar para generar procesos exitosos de cambio de conducta. Que hagamos el amor y la pasión más fuerte que la costumbre nos hará más positivos, felices y realizados.

(*) Consultor en Cambio Organizacional, Coach, Especialista en Recursos Humanos y Relaciones Laborales.
www.huconsulting.net hu.consulting@gmail.com



@huconsulting



@huconsulting