

## **COACHING PARA NUESTROS HIJOS**

Teniendo En cuenta la diferencia entre educación o formación tradicional y el coaching desde su sentido más puro y esencial por el que se busca que el coachee descubra y autoaprenda en lugar de enseñarle en el sentido más literal y tradicional del término, si se puede hacer coaching en familia, a niños y a los propios hijos, pero sobretodo se puede intentar educarlos para el éxito, teniendo en cuenta las técnicas y fundamentos del coaching y ejerciendo no sólo de coaches puntualmente si no de padres consientes que formen y eduquen a sus hijos empleando esas técnicas, esa experiencia esa base de coaching que ayude a su vez a nuestros hijos a tomar conciencia, a creer en ellos mismos, a ver los errores como aprendizaje y no como fracasos, a aprender y desarrollar inteligencia emocional y a apoyarlo en su motivación y en su propio crecimiento

Por Luís Alcázar Secada

Ingeniero industrial (U. Lima). Magíster en Administración de negocios en Tecnologías de información y en formación como Coach por TISOC (The Internacional School of Coaching), afiliada a Coadville.

Esto es lo que se nos presenta en este artículo, que nos llega desde Perú y que no sólo toma bases de la experiencia como coach profesional y personal para emplearlo en la educación de los hijos si no que nos da directamente pautas que nos pueden ayudar a reflexionar en nuestras experiencias como coach ejecutivos y personales. Se basa además en uno de los libros que incluimos en nuestra sección de biblioteca para el coach dentro de éste mismo número.

Como parte de mi formación actual como coach profesional para acompañar a personas y empresas en el logro de objetivos extraordinarios, y luego de documentarme y aprender sobre diversas metodologías para realizar exitosos procesos de coaching en dichos ámbitos, es que ahora, como padre de familia preocupado sobre la mejor manera de formar a mi hijo con bases sólidas que lo ayuden a desarrollar al máximo sus habilidades y talentos para enfrentar con éxito los momentos que le toque vivir, me puse a investigar sobre la forma cómo se

podrían aplicar las técnicas de coaching en la formación de los hijos.

Es así que ubiqué el libro "Coaching para tu hijos" (Ed. Norma — México - 2003) de la Dra. Celia Chávez Cham, con quién me contacté vía e-mail y pude obtener su autorización para publicar y compartir este artículo con la ayuda de sus maravillosas enseñanzas basadas en sus experiencias con padres que hicieron algo extraordinario en el contacto diario con sus hijos, conscientes de su labor como educadores y entrenadores para la vida, y quienes han formado hijos fuertes, exitosos y felices, brindándoles todos los medios para que alcancen sus metas.

En principio, se plantea que para lograr que el proceso de coaching sea altamente eficaz, debe estar apoyado en un amor sólido y profundo al aplicarlo en una familia, respetando los deseos y sueños de nuestros hijos, sin juzgarlos, debiendo romper nuestro paradigma de que "siempre" tenemos todas las respuestas y que hacemos las cosas "por su bien".

"Así como en el coaching empresarial o el coaching de vida, en el coaching para tus hijos todo tu trabajo como padre se enfoca y desarrolla a partir de lo que tu hijo sueña, de sus objetivos y metas para la vida", dice la autora.

Para ello, es necesario saber motivar y aflorar en nuestros hijos el planteamiento de opciones y acciones para alcanzar sus metas, basados en realizar- les "preguntas poderosas" (cuestionamiento inductivo), dándoles la oportunidad de que ellos mismos encuentren las mejores respuestas. A través del coaching podemos descubrir tanto las habilidades, talentos y cualidades, así como aquellos comportamientos y actitudes que lo limitan negativamente, ayudándolos a focalizar el desarrollo de todo el potencial que poseen.

"Una pregunta bien formulada debe tener las siguientes características: estar orientada a la acción, dirigir la mente al futuro, preguntar qué o cómo pero nunca por qué, estar orientada a la meta y contienen o inducir a presuposiciones poderosas", estas presuposiciones deben señalar que nuestro hijo es valioso y que cumplirá con éxito cada tarea que se propone.

Algunos ejemplos de preguntas poderosas que podemos ensayar con ellos son:

-¿Qué piensas de lo que acabas de hacer?

- ¿Qué necesitas para tener tu cuarto ordenado?

- ¿Qué harás después que hayas terminado tu tarea?

-¿Qué otras formas pueden haber para que te lleves bien con tus hermanos?

-¿Cómo lograrás divertirme más cuando salgamos de paseo el domingo?

-Cómo te sentirás cuando te entreguen tus excelentes notas en el colegio?

Pero lo principal es que, antes de aplicar las técnicas de coaching en nuestros hijos, es indispensable aceptarlos y reconocerlos tal como son, ya que será el principal activo con que contarán para tener éxito a lo largo de su vida, eso nos ayudará como padres a lograr empatía (rapport), basada en el amor incondicional. "Recuerda que lo que no le enseñes con amor, la vida se lo enseñará con dolor".

Demás está decir que todo proceso de formación y crecimiento implica poner límites, pero debemos tener saber marcarlos sin lastimarlos ni destruir su autoestima. Ante conductas inadecuadas tenemos la gran oportunidad de corregirlo con amor, enfatizando una consecuencia firme directamente relacionada a tal conducta, sin agredirlo verbal ni físicamente.

Asimismo, es bien sabido que la sobreprotección en los hijos no conduce a nada bueno, al contrario, los llenarán de temores e inseguridades que no los ayudarán a enfrentar los retos que les imponga la vida. "Todos los padres que formaron hijos exitosos creían que sus hijos eran capaces de lograr todo aquello que se propusieran. Cuando amas sin sobreproteger empiezas a abrir las puertas del éxito. Ahí empieza el coaching para la vida".

También debemos saber confiar en nuestros hijos, o sino estaremos evitando que desarrolle su potencial sin pasar por experiencias que lo ayuden a vencer nuevos retos. "Si piensas que tu hijo es un campeón, que logrará eral- quistar la vida, le das con tu confianza un enorme empujón para su desempeño futuro".

El otro factor a tomar en cuenta será el respeto que debemos tener ante la forma cómo nuestros hijos construyen su propia realidad, para lo cual tenemos que erradicar la idea que nuestros hijos deben cumplir las expectativas que nosotros no pudimos realizar, eso impedirá respetar a nuestro hijo tal y como es. Asimismo, el respeto a la pareja será fundamental, ya que el rechazo a las conductas de nuestra pareja ocasionará una profunda marca emocional en nuestros hijos. "Lo que es muy importante es separar la conducta de la identidad de tu pareja, así como aceptar que esa conducta pudiera aparecer en tu hijo".

Una parte importante en el proceso de coaching es la relación que se establezca entre el coach (padre-madre) y el coachee (hijo-hija). para ello debemos poner toda nuestra atención cada vez que hablemos con nuestros hijos, así maximizar el poco tiempo que tenemos con ellos para que sea un momento de formación con calidad de escucha, de atención y de feedback poderoso hacia ellos.

"Un buen coach necesita ser un guerrero para marcar los límites que lastimarían al campeón si no los respeta, para defenderlo de los peligros que encierra el camino hacia la meta", para ello debemos controlar la intensidad de las peleas padre-hijo, ya que nos dará la oportunidad de lograr alternativas creativas de solucionar el conflicto redundando en el crecimiento personal de ambos participantes.

Los padres (coach) deben buscar desarrollar en sus hijos (machee) los talentos necesarios para alcanzar la meta deseada, por ello debemos incentivar diversas formas de respuestas ante las mismas situaciones que se le presenten, haciendo que utilice sus habilidades y capacidades que disponga.

De otro lado, el desarrollo de la inteligencia emocional en el proceso de coaching es vital, de nada servirá que nuestros hijos sean primeros puestos en el colegio si no les inculcamos la enorme importancia que tiene relacionarse con los demás, a saber compartir y tener actitudes positivas frente a la vida. "La habilidad de tu hijo para relacionarse le rendirá muchos más dividendos en la vida que cualquier título universitario".

Finalmente, transcribo una selección de algunas frases motivadoras - del libro "Coaching para tus hijos" de la Dra. Celia Chávez Cham - y que hablan por sí solas, para tenerlas presentes en esta difícil tarea de ser los mejores formadores de hijos exitosos:

- Conviértete en su fan más grande.
- Creer en él significa que estás seguro de que conquistará lo que se proponga.
- Preséntale retos que pueda resolver exitosamente y ve aumentando poco a poco el grado de dificultad; esta experiencia le hará saber que es capaz de tener éxitos.
- Los niños tienen la enorme habilidad de soñar, somos los adultos con nuestro arsenal de historia personal quienes destruimos su poderosa imaginación.
- Si permites que tu hijo enfrente la vida con negligencia, esforzándose al mínimo, aprenderá a evitar el esfuerzo.
- Muéstrale el camino del éxito, exigiéndole lo mejor que pueda dar en todo lo que realice.
- Cada vez que festejes con tu hijo sus éxitos, estás promoviendo el alto rendimiento, fomentando el esfuerzo acompañado de diversión, placer y entusiasmo.
- Ayuda a tu hijo a ser más que tener, esto último vendrá por añadidura.
- Si deseas que tu hijo sea honesto, necesitas vivir con honestidad; si quieres que ame la vida, es indispensable que tú la ames.

Espero haber contribuido con este artículo en dar herramientas motivadoras a los padres preocupados en cómo pueden formar a sus hijos para su mejor futuro.

**Tomado de la REVISTA Coaching Magazine de  
Enero-Febrero de 2.007**