



wingwave®

## Wingwave®: Coaching de presencia

Por Oriol Bellés. Formador acreditado de Wingwave®

Son muchas las metodologías de cambio que existen alrededor nuestro hoy en día. Me gusta pensar y decir, que si una de ellas fuera mejor que el resto, las demás no existirían. Si tuviera que, basado en mi experiencia, describir la metodología wingwave® en una frase, lo llamaría “coaching de presencia”. Aunque reconozco que la palabra coaching no termina de convencerme...

Me gusta decir al inicio de las formaciones, que si pudiera pediría a todos los alumnos que dejaran su cabeza en la puerta.

Cada vez que un cliente llega a nosotros y nos empieza a contar lo que le ocurre, se dispara en nosotros una máquina de hacer hipótesis, engrasada con todas las formaciones y libros que llevamos a nuestras espaldas. He oído muchas veces que para realizar una buena escucha, hay que aprender a no juzgar. Creo que eso es imposible. No decidimos lo que pensamos, y menos aun lo que nos ocurre en el encuentro con el otro. Y sino, decidme si al leer esto no estáis pensando absolutamente nada: ni un “estoy de acuerdo”, ni un “menuda tontería”, ni un “a ver a dónde quiere llegar”...

Cómo humanos, además, lo que queremos es confirmar nuestra hipótesis para demostrarnos a nosotros mismos cuánto me han servido todas las formaciones y libros que llevo a mis espaldas.

Si algo he aprendido gracias a wingwave®, es que todas mis hipótesis, mis ganas de saber que le ocurre al cliente, mi necesidad de acertar y rescatar al otro no sirven de nada. Lo único que importa es mi presencia. Gracias a una forma de trabajo basada en una respuesta corporal del cliente, el test o’ring, he aprendido a no esperar absolutamente nada de cada sesión, y dejar que mis hipótesis sean simplemente eso, hipótesis. Y lo curioso es que en el momento en que empecé a darme cuenta de eso, el trabajo daba resultados mucho mejores. Y es más, mis hipótesis empezaron a ser más acertadas en el momento en que dejé de hacerles caso. Curiosa paradoja...



Test O’ring o Bi-Digital

Lo contaré con un ejemplo para más claridad. Un ejemplo no real por respeto a los clientes, pero sacado de muchas sesiones tremendamente parecidas.

*Llega a la consulta un pianista. Desde hace un tiempo cada vez que da un concierto siente una profunda ansiedad, se le acelera el corazón y suda, y como consecuencia no toca todo lo bien que sabe que puede tocar. Me cuenta que desde pequeño, sus padres y sus profesores le han forzado a pasar muchas horas frente al piano, aún cuando el prefería hacer otras cosas. Automáticamente, mi mente se dispara a pensar que algún estrés de aquellos años está apareciendo ahora, y que trabajándolo podremos solucionar su dificultad. Guardo mi hipótesis en el bolsillo y me centro en trabajar con su respuesta corporal (test o'ring). Después de unas cuantas pruebas, decido testear el proceso de tocar el piano. Miramos que ocurre cuando toca, y en el momento en que me habla de los pedales del piano, la respuesta del test se muestra débil: su cuerpo se debilita solo de pensar en los pedales del piano. Sin más exploración, su expresión cambia por completo: Ahora lo entiendo, me cuenta... Hace cosa de 6 meses, tuve un accidente de coche. No fue nada grave, pero el pedal de freno de mi coche se estropeó y choqué contra el coche de enfrente...*

Ni mi hipótesis ni la suya han servido para nada aquí. Lo único que ha funcionado ha sido guardar las hipótesis y centrarnos simplemente en la respuesta corporal. Y para ello, solo hay que estar presente, y recordar que no siempre el camino más lógico es el más neuro-lógico. Su cerebro y su cuerpo se estaban protegiendo, porque habían aprendido que al pisar un pedal, pueden ocurrir cosas malas... Tan simple como eso, esa es la lógica de nuestro cerebro.

Así que si algo he aprendido gracias a wingwave® es que muchas veces, nuestra mente nos complica más que nos ayuda, y que como no podemos deshacernos de ella, es interesante entrenarla a perder el protagonismo al que está acostumbrada.