

# Coaching & Transformación & Calidad de Vida para Diseño de Futuro

*El Coaching como estrategia para lograr objetivos*

Qué distinto sería mi mundo si me ganara la lotería... Qué diferente sería mi vida si recibiera una herencia millonaria... Qué de oportunidades tendría si hubiera estudiado tal o cual carrera, ...si mis padres hubieran sido de una familia adinerada, ...si hubiera tenido más suerte, ...si me hubieran apoyado en mis sueños, ...si hubiera tenido más tiempo, ...si hubiera nacido en otro país, ...si no me hubiera casado tan joven, si ...Si está satisfecho cómo están funcionando las cosas en las diferentes áreas de su vida, tal vez no te convendría usar tu tiempo leyendo esta nota, podrías aprovechar mejor el tiempo en otra cosa en la que estés realmente comprometido. Sin embargo, si alguno de los dominios que componen tus áreas de interés, ya sea **laboral, familiar, de salud, de los sentimientos, del manejo del tiempo, de las finanzas, del desarrollo personal**, no se acerca lo suficiente para completar tus anhelos, quizás este artículo pueda oficiar de disparador de reflexiones enriquecedoras, y de apertura de posibilidades.

***“La mente es como el paracaídas, solo funciona cuando se abre...” (Thomas Dewar)***

Es entonces cuando es importante saber elegir las actitudes que desarrollen todo tu potencial. Poco a poco aprendes a ser tú quién elige libremente en cada momento. Comprendes que puedes ser consciente o inconsciente, pero nadie elige por ti. Dispones de la capacidad de encontrar oportunidades ante cualquier adversidad. Tú decides dónde focalizas la atención. Creemos que la vida es una lucha feroz, que hay que sacrificarse y competir brutalmente, que tenemos que vivir defendiéndonos de lo desconocido, aferrándonos a las cosas cómodas y predecibles. Sin darnos cuenta, seguimos patrones aprendidos, inculcados, temerosos del cambio, de la apertura. Nos aferramos a lo que sabemos o creemos que sabemos, sin darnos la oportunidad de investigar más, de descubrir, de crear, de actuar de forma distinta. ***“Si quieres ser líder de tu vida, amplía tu visión”*** El problema mayoritario de hoy en día es pensar que las cosas son como tú crees y que lo sabes todo. La única manera de que seas capaz de expandir la visión de tus oportunidades es ampliar lo que piensas que es posible y real. Esta es la finalidad del ***“Coaching Ontológico”*** se pueden obtener herramientas y técnicas que te ayudarán a modificar el observador que estás siendo en tu vida, adquirir habilidades y competencias que te posibiliten constituirte en un “observador” diferente de la realidad. **Somos RESPONSABLE de absolutamente TODO lo que nos sucede en la vida.** Si nos preguntasen porqué tomamos tal decisión en algún momento, probablemente en muchos casos aparezcan respuestas tales como: “porque siempre lo hicimos así...”, “porque es lo que corresponde...”, “porque es mi deber...” , “porque no me queda otra...”, “porque estaba furioso...”, “porque estaba deprimido...”, “porque el gobierno no me deja otra opción...”, “porque en ese momento las circunstancias eran más grandes que yo...”, etc. Cuando juzgamos que las circunstancias son más grandes que uno mismo, **nos convertimos en “Víctimas”** de las circunstancias, y ya no tenemos más poder para modificar nada. Estamos ***“siendo vividos por la vida”***. Y surgen sentimientos de frustración, amargura, angustia, desazón, etc.

Afortunadamente existe otra forma de pararse ante el mundo, y es ***observar la vida con los ojos del RESPONSABLE***, de aquel que es capaz de responder a TODAS las circunstancias que acontecen en su vida, desde su COMPROMISO con la VISION de su propio FUTURO, siendo LIDER de su propia VIDA. ***“La mejor manera de predecir el futuro es... crearlo!” (Peter F. Drucker)***

Uno de los postulados en los que se basa el Coaching Ontológico es: “Interpretamos al lenguaje como generativo (el lenguaje como acción)”. El lenguaje crea realidades, cuando hablamos,

***modelamos el futuro, el nuestro y el de los demás.*** Creamos, nuestra identidad y el mundo donde vivimos.

Cada uno de nosotros tiene la posibilidad de ***DISEÑAR su FUTURO***, basándose en las cosas que valora de la vida, impulsado por una VISION de lo que quiere que pase con su vida, y sosteniendo ese SUEÑO con acciones comprometidas hacia el logro de sus OBJETIVOS y con resultados sostenibles. **Te has preguntado alguna vez si: ¿Necesitas más claridad en el enfoque de tus metas?-¿Tienes un buen plan de acción suficientemente efectivo? ¿Estás desarrollando todo tu potencial y desempeño?¿Te apasiona lo que haces? ¿Te cuesta ponerte en marcha?¿Te faltan recursos y herramientas para alcanzar tus objetivos?**

**Nunca es tarde para crear una vida plena. Más vale "ahora" que nunca.**

Lic. Claudia Panza Robles (Coach Profesional y Corporal) Marcelo Molina (Coach Profesional) y Responsables de

**C&T&C – Coaching & Transformación & Calidad de Vida  
(Precursores Nueva [Humanidad /www.aliarseweb.com.ar](http://www.aliarseweb.com.ar))**