



OCC - Internacional[®]

Organismo Internacional Certificador de Coaches Profesionales





MARCO DEL PROCESO DE COACHING

1. ACEPTAR AL COACHEE

- El coach reta al coachee para facilitar que aflore todo su potencial.
- El coach muestra interés, ilusión, curiosidad, etc. Como para formular preguntas poderosas que saquen al coachee de su zona de confort.
- El coach confía plenamente en el potencial del coachee y no tiene diálogos internos o externos que lo pongan en duda.
- El coach transmite confianza al coachee con un tono seguro, modulado y tranquilo, con ausencia de ansiedad, de nervios o de preguntas dubitativas, así como sin cambios significativos en la coloración de la piel o expresiones que denoten intranquilidad.
- El coach no tiene juicios morales ni diálogos internos de rechazo o desprecio por raza, género, imagen, cultura, edad, etc.
- El coach no muestra indicios externos que supongan rechazo hacia el coachee como críticas, falta de preguntas que demuestren interés, pérdida de rapport, pérdidas de comunicación, expresividad facial de rechazo, aversión, corporalidad demasiado relajada o tensa, tono agresivo, etc.

2. RESPETAR AL COACHEE

- El coach adapta su comunicación al lenguaje del coachee.
- El coach se muestra asertivo, evitando juicios, y mantiene un estilo de comunicación directa y sincera con el coachee.
- El coach considera el ritmo y la forma en que el coachee procesa la información que surge durante la sesión.
- El coach acompaña al coachee en su proceso emocional con tranquilidad y serenidad.
- El coach es flexible con la voluntad del coachee de profundizar o no en un tema y/o focalizar algún aspecto concreto.
- El coach atiende la voluntad de cambio del coachee.
- El coach se muestra respetuoso con el coachee, sin cambiar su objetivo ni prioridades y sin cuestionar sus valores.
- El coach no descalifica ni cuestiona directamente la perspectiva interpretativa del coachee.
- El coach no impide al coachee la expresión de sus emociones (llorar, reír, gritar, guardar silencio, etc.).
- El coach no interfiere ni minimiza la emoción del coachee. Tampoco le tranquiliza.
- El coach, en caso de ser necesarias ambas acciones, mira la hora con disimulo y toma notas sin dejar de atender al coachee y sin interferir en la sesión.

3. ESTAR PRESENTE

- El coach autogestiona sus dimensiones y anula sus diálogos internos para estar presente en el aquí y ahora con el coachee.
- El coach tiene disponibles todas sus dimensiones para acompañar útilmente el momento que está viviendo el coachee.
- El coach observa y escucha atentamente al coachee.
- El coach atiende al coachee y al curso de la sesión: no se pierde en la conversación ni pierde ninguna expresión de atención o postura corporal del coachee.
- El coach pregunta, si lo considera adecuado, sobre cualquier cambio en la conversación y/o expresión (física o emocional) del coachee.



4. CONFIANZA

- El coach incide especialmente en la confidencialidad y en la necesidad de que exista confianza total para llevar a cabo las sesiones.
- El coach explica al coachee el concepto de aceptación y ausencia de juicios sobre su persona, invitándole a que sea él/ella mismo/a.
- El coach respeta la ubicación, orientación y la distancia entre los dos, elegida por el coachee.
- El coach establece sintonía con el coachee.
- El coach atiende a lo que dice el coachee.
- El coach espejea la postura del coachee, imitándola con el nivel de detalle suficiente para generar rapport, pero sin enfatizar hasta la ofensa o desconfianza.