

# “El arte de preguntar en Coaching Esencial”

“Preguntar es más difícil que responder”, Platón.

 Cris Bolívar, Coach MCC y Socia de ICF

Dentro del ámbito del Coaching Esencial este artículo explorará las claves del arte de preguntar desde un punto de vista filosófico.

El Coaching Esencial (Bolívar, 2005) es el que desarrolla el nivel más profundo del ser humano, abordando su



una obstetricia de las almas que hace brotar la verdad a través un continuo dialogar con breves preguntas y respuestas, dar y pedir razón de lo que se afirma, solicitar la intervención crítica del interlocutor, ejercitar la propia crítica, colaborando conjuntamente en la búsqueda de la verdad y esforzarse en comprender el punto de vista del otro.

Pero, **¿cuál es esa verdad a la que se da luz?**: La alétheia: Alétheia (“verdad”), es el concepto filosófico que literalmente significa “aquello que no está oculto” o al “desocultamiento del ser”. Heidegger lo recuperó cambiando la noción de verdad tradicional de “coherencia con la realidad” por la de “traer a presencia”, emerger lo auténtico.


En este sentido, el coaching es exotérico, trae a presencia lo esotérico, lo oculto. Muestra, desvela y se manifiesta lo que estaba oculto para poder comprenderlo.


Para ello, otra pieza clave es ayudarnos del concepto de **hermenéutica**: El término hermenéutica significa interpretar, anunciar, esclarecer o traducir. Gadamer, padre de la hermenéutica, la definió como el arte del comprender mismo. Significa que alguna cosa es vuelta comprensible o llevada a la comprensión. En nuestro caso, llevada a la conciencia.

## 01 El modelo del Coaching Esencial

<b>CONSEGUIR</b>	Metaresultados - Acción	
	Transformación Esencial	
	Integración y Coherencia del Ser	
	Ser con Sentido - Sabiduría	
<b>PROVOCAR</b>	Expansión Conciencia	
	Aprendizaje - Recreación	
	Desaprendizaje - Deconstrucción	
<b>GENERAR</b>	Confianza - Libertad - Amor	
	Preguntas potentes - Concreción	
	Hipótesis - MetaVisión	
<b>COACH SER</b>	<b>SABIDURÍA</b> <small>(lojmal)</small>	Teoría - Conocimiento
		Intuición - Presencia
		Ser Espiritual - Esencial

esencia, su unicidad, rompiendo los límites del ego para re-crearnos generando sabiduría a través de la expansión de la conciencia.

El modelo del Coaching Esencial ( 01) pretende por tanto meta-resultados a través de la generación de preguntas genuinas potentes que logren la transformación esencial del coachee.

Para ello, veamos algunas de las miradas que nos son útiles ( 02).

Como es ampliamente sabido, Sócrates es considerado el “primer coach” y de él tomamos el **método mayéutico**: donde se da luz al conocimiento, como

Recogiendo lo dicho hasta ahora, el **coaching** sería una conversación dialógica desveladora, liberadora y creadora de sabiduría, que se apoyaría en la mayéutica para hacer emerger la verdad a través del juego hermenéutico, en una espiral ascendente de sentido mediante la pregunta genuina y la respuesta, donde coach y coachee se fusionan desde sus horizontes para aportar sabiduría y claridad al proceso.

Pero todavía nos hace falta añadir una clave más: Los conceptos de **exégesis y eiségesis**: Exégesis ("explicar") es un concepto que involucra una interpretación crítica y completa para "extraer el significado". Suele ser contrastada con la eiségesis, que significa "insertar las interpretaciones personales en lo dado". En general, la exégesis presupone un intento de ver objetivamente, mientras que eiségesis implica una visión más subjetiva.

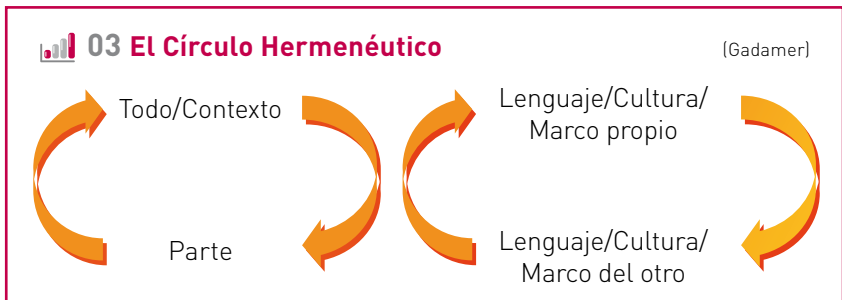
En coaching partiremos pues de hipótesis, no de interpretaciones "estrictas", precisamente por el enfoque exegético, crítico y hermenéutico, donde se intenta evitar la subjetividad y las proyecciones del coach.

Aún y así, es imposible evitar partir de nuestro propio marco, pues la hermenéutica es circular al menos en dos sentidos (03).

Necesitamos del todo para entender la parte, pero el todo no se entiende sin la parte.

Solo podemos partir de nuestro propio marco para leer el del coachee, pero necesitamos no estar en él para leerlo.

Es decir, se trataría de saber que partimos, tanto coach como coachee, de **creencias** (contenidos mentales inconscientes, invisibles, con las que nos identificamos, que si se cuestionan ponen en crisis la estructura egótica misma, son los supuestos base de todo el condicionamiento), que hemos de ir pasando a **ideas** (contenidos mentales que pueden ser explicitados, cuestionados, contrastados y cambiados). Crecer en conciencia significa hacer emerger las creencias



para desapegarse de ellas, desidentificarse y convertirlas en ideas.

Pero, cuando hablamos de **conciencia**, ¿de qué hablamos? La realidad que percibimos refleja nuestro propio estado de conciencia, y **jamás podemos co-explorar la realidad (del coachee) sin hacer al mismo tiempo una exploración de nosotros mismos**, no sólo porque somos, sino también porque creamos, la realidad que exploramos.

**"El mundo es mi representación"**, Schopenhauer.

Y ello nos lleva a revisar la **posición del que pregunta, del coach**. No se parte de la ignorancia completa porque sino no sabría qué preguntar. El ignorante no sabe qué preguntar, ya tiene todas las respuestas.

El que cree saberlo todo tampoco sabe qué preguntar.

Tampoco sabe qué preguntar el que no está en la autenticidad, es decir, el que no está conectado consigo mismo, porque solo ve lo obvio y le lleva al dogmatismo.

### 04 La Ignorancia Sabia y el Amar son la base del Coach Esencial (Cris Bolívar)

- El coach **no sabe**
- El coach **no interpreta**
- El coach **no juzga**
- El coach **no resuelve**
- El coach **no "es"**

Desde el silencio ...

**HUMILDAD**

## 05 Mas 7 meta-competencias del coach esencial

(Cris Bolívar, 2010)

<b>1. Autenticidad:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Integración del ser.</li> <li>Conexión con el ser esencial.</li> </ul>
<b>2 Presencia:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conexión con el aquí y ahora.</li> <li>Estar abierto energéticamente, en silencio interior. Abierto a la capacidad de sorprenderse.</li> </ul>
<b>3. Platicidad:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacidad de desaprendizaje y aprendizaje para saber leer.</li> <li>Ser proactivamente flexible y consecuente.</li> </ul>
<b>4. Ternura:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Expresión del amor incondicional por el ser humano.</li> <li>Presencia energética desde el amar.</li> </ul>
<b>5. Humildad:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aceptación del yo en el momento actual del proceso.</li> <li>Ser humano.</li> </ul>
<b>6. Sabiduría (la ignorancia sabia):</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conexión con la intuición y el pensamiento lateral.</li> <li>Conexión con la racionalidad y el pensamiento lineal.</li> </ul>
<b>7. Espiritualidad:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trascender el yo.</li> <li>Conexión con el fluir y la totalidad.</li> </ul>

Por tanto, el coach esencial tendrá que situarse en la “**Ignorancia Sabia**” y el **Amar** (aceptación sin juicio) ( 04) y para ello debería desarrollar al menos 7 meta-competencias del coach esencial ( 05).

Desde ahí donde estemos como coach, solo desde donde somos capaces de cuestionar, preguntaremos. Preguntar, por tanto, es una forma de producir conocimiento desde la “Ignorancia Sabia”: la sabiduría del que sabe que no sabe, que emerge de la intuición desde el silencio interior del coach y de su escucha.

Que requiere **escuchar, leer**, en al menos tres dimensiones: persona, sistema y entorno. Y leer en distintos niveles: El modelo cabalístico del acrónimo **PARDES** (Peshat: Los datos. Sentido literal; Remez: Insinuación, lo que se lee entre líneas; Derash: Comprensión de lo que hay implícito, hermenéutica; Sod: Secreto, lo que no se dice con lo que se dice. Los niveles de sod son infinitos porque siempre tenemos una realidad más profunda que no comprendemos y que queremos entender. Implica no solo exigencia intelectual sino también transformación personal integral, presencia desde la intuición.

La pregunta genuina, por tanto, proviene de una buena lectura y marca el terreno de la respuesta, que se da dentro del **juego de cuestionar** ( 06), que toma como base la mayéutica y tiene tres momentos:

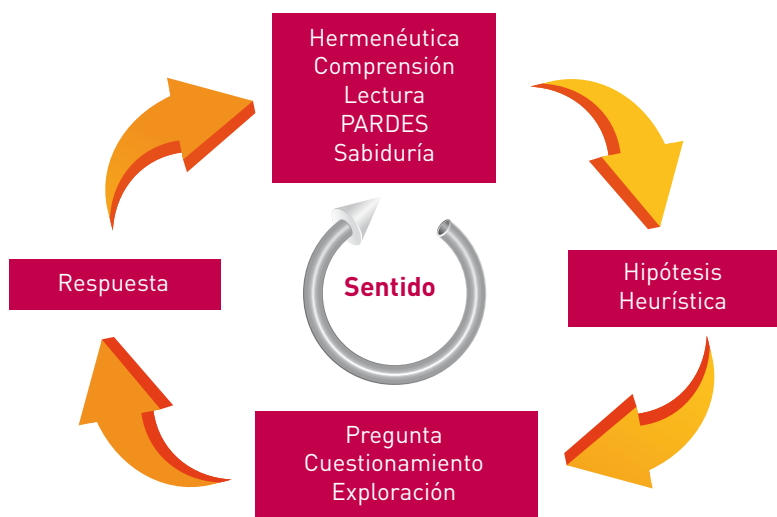
1. Provocación (perplejidad).
2. Dialéctica (diálogos preguntas y respuestas breves).
3. Definición (ya se tiene la verdad y se define con palabras).

**“Comprender una pregunta quiere decir preguntarla”**, Gadamer.

En el modelo dialógico platónico, si la respuesta tiene que tener sentido, ha de ajustarse a la pregunta. Como nos dice Gadamer, **la pregunta es la dirección**, el cauce, en el que ha de inscribirse la respuesta, marca la perspectiva.

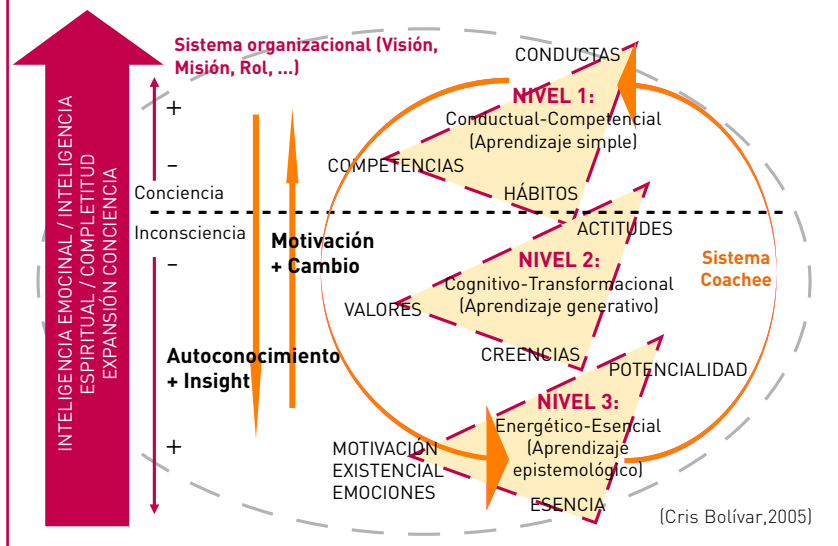
## 06 El juego de cuestionar

(Cris Bolívar, 2010)



## 07 Modelo dinámico de intervención en coaching

(Cris Bolívar, 2005)



Por tanto, **¿qué sería preguntar?** Preguntar es cuestionar, a partir de hipótesis: afirmaciones sobre el mundo, especulativas, que necesitan de la teoría para formularse y necesitan de la experiencia para validarse, por tanto, que generan conocimiento y son revisables.

A partir de la “Ignorancia Sabia” hemos de crear buenas hipótesis para lanzar preguntas genuinas que generen conocimiento desde donde cuestionar los hechos, la experiencia y lo visible. Las respuestas llevarán a un nuevo conocimiento que mostrará lo invisible formalizándolo, que dará lugar a nuevas hipótesis. Y se generarán meta-hipótesis a partir de una meta-visión donde ubicar palancas de cambio.

Preguntar es oponerse a la dureza de lo existente, hacer saltar sus resistencias abriendo en su compacta superficie grietas de sentido.

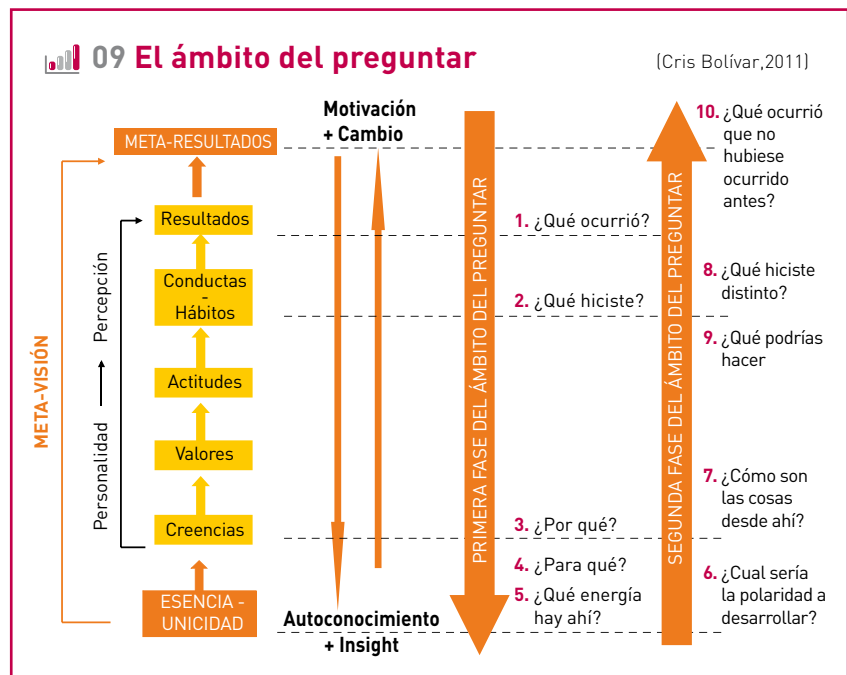
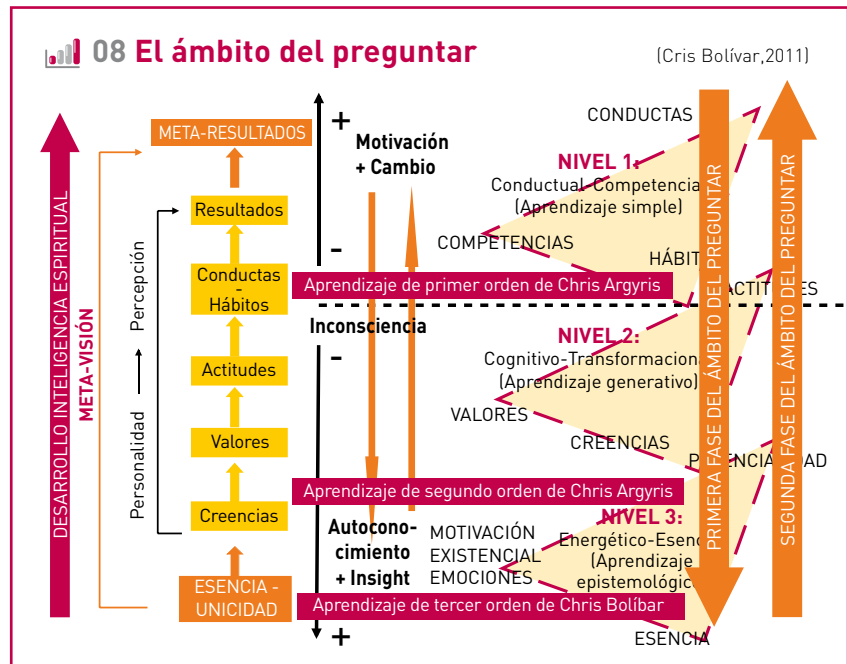
Y ese preguntar se da en un ámbito. El **ámbito** genuino del preguntar en Coaching Esencial sería el del aprendizaje de tercer orden o epistemológico (Bolívar, 2007), donde se pregunta por la esencia en un nivel 3 de intervención en coaching ( 07 y 08).

Para ello, hay una **primera fase** (descendente) donde vamos profundizando el ámbito de la pregunta desde dimensiones más conscientes hacia más inconscientes, generando autoconocimiento e insight, para, en una **segunda fase (ascendente)**, ir subiendo hacia la consciencia hasta llegar a concretar los meta-resultados obtenidos, generando así más motivación y fijación del cambio ( 09).

Y todo ello, como decíamos, en el juego del cuestionar, donde el ser va emergiendo a través del arte de preguntar en Coaching Esencial.

**“Nunca soy, sino que siempre seré, porque puedo ser”,** Heidegger. 🍃

📧 [info@crisbolivar.com](mailto:info@crisbolivar.com)



### Bibliografía:

- Bolívar, Cris. “De los clásicos al neo-re-nacentismo en coaching”, Training Development Digest, diciembre 2011.
- Bolívar, Cris. “El coaching esencial”. Capital Humano, nº 213, sept’07.
- Cruz, Manuel. “Filosofía contemporánea”. Ed. Taurus.
- Gadamer, Hans-Gerog. “Verdad y método”, ed. Sígueme.
- Giannantoni, G. “Qué ha dicho verdaderamente Sócrates”. Ed. Doncel.
- Heidegger, Martin. “El ser y el tiempo”, ed. Fondo de Cultura Económica.
- Maslow, Capra, Grof, Wilber, Dass, Tart, Goleman y otros. “Mas allá del ego”, ed Kairós.
- Platón: “Teeteto”.