

## Ética Humanismo y Sociedad

### Counselling y coaching

Dr. José Carlos Bermejo

Religioso Camilo. Director del Centro de Humanización de la Salud. Tres Cantos, Madrid España.

### Counselling and coaching

He empezado a estudiar coaching en una universidad. Deseo comprender algo sobre lo que significa, sus potencialidades, su fondo y sus técnicas. También sobre su relación con el counselling. No me parece tan fácil distinguirlos. Es posible que algunos que estudian lo hagan porque no sabían que existe el counselling y al revés. En todo caso, asistimos a un desarrollo de ambos.

En efecto, los dos son procesos de acompañamiento a través del diálogo entre un *coach* o un *counsellor* (respectivamente) centrados en el cliente y realizados por una persona adecuadamente preparada, desde un planteamiento de no directividad.

Ambos parecen tener una idea de la persona que podríamos decir es compatible con lo que entendemos en la psicología humanista, un confianza en los recursos del ser humano de desarrollo y crecimiento, así como de abordaje de las propias dificultades y retos.

#### ¿De qué hablamos?

*Coaching* y *counselling* son palabras de origen inglés cuya etimología vale la pena explorar en busca de claves para comprender mejor las acciones que se realizan en su nombre.

*Counselling* proviene del latín *consilium*, que significa “parecer o dictamen que se toma acerca de una cosa”, la cual a su vez proviene de la voz latina *consulere* (consultar). Así counselling, desde su etimología, alude a consultar, aconsejar, orientar, informar, asesorar, indicar. El *counselling* denomina en países como Estados Unidos y el Reino Unido una profesión cuyo origen se remonta a los años 50 y que atiende una demanda situada en un espacio intermedio entre lo educacional, lo social y lo psicológico. Su origen podemos decir que se lo debemos a Carl Rogers. En nuestro país no es una profesión, existiendo formación tipo máster en particularmente en Madrid y Barcelona (Universidad Ramón Llull, Centro de Humanización de la Salud).

El sentido con el que se comprende al *counselling* desde sus orígenes es el de brindar un proceso que ayuda y facilita al consultante a clarificar su situación vital y las metas y valores que orienten su vida, particularmente en situaciones de dificultad. Aquí ayuda, orientación y asesoramiento se entienden como un proceso de facilitación para una toma de de-

cisiones autónoma más que como un asesoramiento experto que indique qué debe hacerse.

*Coaching* proviene de *coach*: entrenar o preparar, vocablo que alude originalmente a un carruaje (de ahí “coche”) y posteriormente a un vagón ferroviario, elementos ambos para conducir personas de un lugar a otro. De allí que *coach* se comience a utilizar a mediados del siglo XIX para designar al tutor que conduce a un estudiante a través del proceso de instrucción. Su utilización en el deporte es posterior a este uso. A mediados de los años 70 Tim Gallwey inicia la conceptualización de un proceso interactivo destinado a favorecer la mejora del desempeño personal en el deporte, técnica que luego fue trasladada al mundo de las empresas.

#### ¿Diferencias?

Más difícil me resulta establecer las diferencias. He intentado investigar un poco sobre lo que piensan otros, pero aún no me siento seguro sobre todas las razones que encuentro que dan los que ya han pensado sobre esto, entre las cuales enumero algunas que me parecen más acertadas y otras menos. Es el inicio de una reflexión.

Hay quien dice que el *coaching* se centra en objetivos laborales y el *counselling* en los cambios emocionales, si bien es cierto que también el *coach* da importancia al mundo emocional y también el *counsellor* trabaja en espacios de empresa.

Otros consideran que el *coaching* ayuda a la persona a cambiar hacia donde desea ir para transformarse en quien desea ser, mientras que el *counselling* acompaña a solucionar un problema que el otro tiene. Lo cierto es que, desde mi humilde opinión de principiante en el estudio del *coaching*, también veo que los clientes presentan como retos el abordaje de dificultades en diferentes ámbitos de su vida.

No falta quien apunta el hecho de que en el *counselling* el *counselor* es consejero, orientador, asesor (expresiones complejas para ser usadas en nuestra lengua, al menos en España), mientras que en el *coaching* se facilita que sea el propio cliente quien encuentra sus soluciones. Muchos *counsellors* afirmaríamos más bien que en ambos se promueve la capacidad de autodirección del cliente.

Algunos autores dicen que el *counselling* está orientado

## Ética Humanismo y Sociedad

al conocimiento de sí mismo y a su aplicación a la mejora de la eficacia y gratificación en las situaciones vitales, cualquiera sea el contexto de éstas, mientras que el *coaching* está orientado a la mejora del desempeño personal y profesional con el fin de alentar un mayor desarrollo del propio potencial. No resulta ser, por otro lado, una clara diferencia.

El *coaching* está centrado en objetivos de desempeño principalmente, y de carácter laboral, mientras que el *counselling* está centrado en algún malestar o disconformidad con aspectos personales que pueden o no estar vinculados al trabajo. Esta es la opinión de otros y una de las que más me convencen, si bien en la práctica del *coaching* creo que es fácil encontrar también malestares, disconformidades del cliente consigo mismo en ámbitos no exclusivamente laborales.

Se dice que es muy importante en un proceso de *coaching* la definición de objetivos a lograr, mientras que esta definición no es imprescindible en un proceso de *counselling*. Por otro lado, algunos expertos en *counselling* nos dirían que no se hace un buen trabajo sin llegar a definir metas, objetivos, particularmente en la tercera fase.

Son distintos sus orígenes y su evolución. En relación a sus orígenes el *coaching* nace como una necesidad de las organizaciones para optimizar el potencial de sus recursos humanos, mientras que el *counselling* nace como una necesidad de las personas para resolver una situación insatisfactoria en sus vidas o modificar una conducta disfuncional.

También hay quien dice que el *counselling* es un marco actitudinal indispensable para un eficaz desarrollo de intervenciones de *coaching*. De hecho, la insistencia del *coaching* en el uso correcto de las preguntas que, mayéuticamente, promueven la autoconsciencia y autodirección, comporta claves de fondo que se corresponden con técnicas propias del *counselling*, como la reformulación, la personalización, la destreza de iniciar y, en principio, yo no dudaría en decir también que la confrontación.

### ¿Qué pasa entonces?

En estos momentos, según mi parecer, está sucediendo que el *counselling* se está concentrando en espacios de cualificación de profesiones de ayuda en situaciones de sufrimiento (más que en el ámbito organizacional) y el *coaching* empieza a abrirse espacios de intervención que quizás fuera más propio pensarlos para el *counselling* por ir más allá del acompañamiento al desarrollo de los retos personales y laborales.

Quizás cada uno de los que frecuentan estos programas, al día de hoy, se incorpora al que primero ha conocido por los medios o por el boca-oreja, más que por un discernimiento discriminado entre ambos. El futuro irá por el camino que vayamos construyendo. Ambas son formas de relación de ayuda.