



PLANEAR UNA MISIÓN

El coaching es como cualquier otra tarea donde la práctica permite mejorar. Y a medida que mejores, las técnicas que aprendas comenzarán a desencadenar un efecto positivo en tu propia vida.

La verdadera naturaleza de tu trabajo es que **tú mismo te vuelves mejor ayudando a otros a lograr lo que desean**. Entonces tu propia experiencia será un poderoso ejemplo del valor de las lecciones y estrategias que enseñas. La gente a la que ayudas no comprará simplemente sesiones de coaching, sino también lo que reciban de ti. Tu mismo serás tu propia publicidad porque tus acciones demostrarán tus habilidades para aconsejar.

Debo subrayar la importancia de escribir una “**declaración personal de intenciones**” para tu actividad de coaching. El propósito de este documento es explicar con precisión lo que pretendes poner en práctica como coach. A través de la declaración de intenciones te comprometes a defender ciertos principios y valores dentro de tu actividad. Este texto no sólo contiene el mensaje que quieres transmitir, sino también cómo lo harás.

A continuación, encontrarás un ejercicio para ayudarte a escribir tu propia declaración de intenciones. **Recuerda consultarla regularmente**. Esta declaración de intenciones es la base sobre la que se construye tu práctica de coaching, el telón de fondo sobre el que escribirás tu historia como coach. Sin embargo, nada es inamovible; esta declaración de intenciones también evolucionará con el tiempo. Si en algún momento sientes la necesidad de volver a ella para añadir nuevos elementos, entonces esto significará que has progresado en el contenido del coaching y también en tu propia evolución personal.



Ejercicio para escribir tu DECLARACIÓN DE INTENCIONES

¿Quién vas a ser como coach? ¿Qué atributos y características crees que debe tener este individuo en el que te vas a convertir?

Cómo quieres usar tu trabajo como coach? ¿Quieres aplicar el coaching en lo que ya haces o reinventarte como coach? ¿Prefieres trabajar con individuos, empresas o asociaciones sin ánimo de lucro? ¿Cómo será tu negocio cuando esté completamente desarrollado?

¿En qué aspectos deberías centrar tus esfuerzos para convertirte en coach?



Ejercicio para escribir tu DECLARACIÓN DE INTENCIONES

¿Qué misión crees que has venido a cumplir en la Tierra? ¿Qué pruebas tendrán los demás de tu compromiso para cumplir tu misión?

Teniendo en cuenta esta última pregunta, escribe una breve declaración comprometiéndote a hacer lo que necesitas hacer para ello.

¿Cómo piensas comportarte todos los días para encarnar este mensaje?



Ejercicio para escribir tu DECLARACIÓN DE INTENCIONES

A quién respetas y admiras? ¿Qué cualidades, fortalezas y habilidades encuentras atractivas en esta personar?

¿En qué podrías especializarte? ¿En qué áreas de la vida podrían ser valiosos tus talentos, pasiones o intereses particulares?

¿Qué perfil podría tener tu cliente ideal? ¿Qué tipo de personas necesitarían la ayuda que puedes ofrecer?



Ejercicio para escribir tu PLAN DE ACCIÓN

En primer lugar, consigue un pequeño cuaderno para llevar un diario de formación durante el curso. **Revisa tu declaración de intenciones e identifica 4 o 5 objetivos importantes que te gustaría alcanzar como coach en los próximos 6 meses.**

- Divide estos grandes objetivos en tareas más pequeñas que puedas comenzar o completar sin demora. Si tus objetivos son muy complejos o requieren que desarrolles habilidades avanzadas, puedes dividir estas tareas en pasos aún más pequeños.
- Elige entre 3 y 5 de estas tareas más pequeñas para realizarlas la semana siguiente. Estas deberían ser cosas que se pueden hacer inmediatamente.
- Las tareas no tienen que ser grandes o difíciles. Simplemente necesitan llevarte hacia tu objetivo principal. Esto significa que cada tarea completada te acercará un poco más a tu objetivo.
- Pon tu plan de acción en un lugar destacado para que puedas verlo varias veces al día. Puedes colocarlo en un espejo del baño, en una puerta, en una agenda o en cualquier otra superficie que veas con frecuencia.
- En tu cuaderno anota las tareas que realizaste, las consecuencias de estas acciones y los cambios que produjeron. Esto servirá como feedback para identificar cualquier resistencia interna para tu éxito. También te permitirá registrar tus logros. Este hábito te ayudará a mantenerte motivado y a mantener una perspectiva realista de tu progreso.