

ENTREVISTA A MARIA CALANDRIA

Precursora Internacional del Coaching Transpersonal

Hola Maria, ¿Cómo estás? ¿Qué dirías -a los que no te conocen- de Maria Calandria? Que es una buscadora nata de la felicidad y del sentido de la vida. Cada día le fascina más el ser humano, y lleva casi toda su vida investigando y descubriendo cosas sobre sí misma y sobre las demás personas.

Sólo concibo la vida como la experiencia fascinante de la propia búsqueda, el perseverante empeño por la felicidad. Hace ya muchos años descubrí el yoga y la meditación, y después otras disciplinas con el mismo objetivo. El Coaching es una de ellas a la que me dedico profundamente.

Creo que vivido mucho y bien lo que me ha tocado vivir. Mi pasión por la vida, el interés por desarrollo personal y la investigación, y la inclinación a la reflexión creo que han sido siempre mis mejores aliados. Quizá por eso ahora tengo el privilegio y la suerte de poder ayudar a muchas personas a sacar el mayor y mejor provecho de todo. Creo que es el mejor de todos los "egoísmos", porque pocas cosas aportan tanto sentido y satisfacción como ayudar a otros seres humanos. Todos somos mucho más parecidos de lo que creemos, y la entrega a la solidaridad aporta satisfacción y coherencia. Quien lo ha probado y lo practica, lo sabe bien. Afortunadamente ya somos muchos, y cada vez somos más. Dicen que soy buena diseñadora de "mapas, independientemente de las circunstancias externas, de los "territorios" aparentes.

¿Qué es el Coaching, cual es el objetivo, el punto central, la esencia?

Ayudar a otros seres humanos a conseguir su objetivo primordial, más allá de cualquier otro: ser feliz. Cuando alguien vive satisfecho y está contento, se ha demostrado que disfruta más de cualquier cosa que haga y que la hace mucho mejor. Esa mayor satisfacción va acompañada también -"irremediabilmente"- de mayor efectividad.

Creo que fue Alex Rovira quien dijo que "la espiritualidad se había puesto traje y corbata, y se había colado en las empresas llamándose coaching". Quizá el Coaching sea la "espiritualidad" del Siglo XXI. (Aunque lo ponga entre comillas, creo que buscarle y darle a la vida el sentido que sea, -el que pueda tener para cada uno- es espiritualidad por definición).

¿Se trata de entrenar, el qué? Se trata de entrenarse para el deporte de la vida. Apuntarse a lo que más nos gusta y ganar siempre nuestra partida. Ganar en calidad de vida, en aprovechamiento de recursos propios, en crecimiento, en disfrute... Obtener éxito desde el entorno del éxito, experimentando que hoy es el único día que existe y que, hagamos lo que hagamos mañana, lo más "humanamente sensato" es aprovechar el presente, y de la mejor manera posible. Ese "aprovechamiento" considero que ya contiene el éxito en sí mismo.

El coaching es relativamente joven en España, pero viejo en la historia. ¿Cuáles son los antecedentes históricos? Coaching es el nombre moderno que le estamos dando al método socrático o Mayeútica, unido al descubrimiento de valores que siempre han sido patrimonio de la Humanidad. Eso entendemos que es el verdadero coaching. El mundo necesitaba volver a hacerse preguntas, darle espacio y relevancia al valor del individuo como tal, al respeto por la identidad única y fascinante de cada persona. Necesitábamos saber que la mejor pregunta obtiene siempre la mejor respuesta, y creemos que la mejor pregunta se inspira en el

“espacio” o paradigma que sostiene que es el otro -y solamente el otro- quien tiene las mejores respuestas para sus asuntos. El coaching tiene mucho que ver con la fuerza de la confianza en el ser humano.

¿Por qué últimamente el coaching es tan popular; tan efectivo es? ¿Qué hace: convence, persuade, conecta...? El Coaching es la mejor inversión para cualquiera, tanto dentro como fuera de la empresa. ¿Te imaginas obtener en un par de meses eso que siempre has querido alcanzar, y disfrutar en cada paso del camino? ¿Te imaginas que descubras cosas -muchas cosas- que son importantes para ti, que siempre lo han sido, y que podrías haber tardado años en descubrir sin ayuda? Honestamente, muchos de quienes lo prueban afirman que no tiene precio.

Si bien es cierto que hay mucho “sucedáneo”, y quienes ofrecen otras enseñanzas y métodos como si fuera coaching (liderazgo, desarrollo de habilidades, PNL, etc.), lo que entendemos por verdadero coaching es único y diferente a todo, y tiene el respaldo de unos estudios de mercado espectaculares. Hablamos, por ejemplo, de un retorno del 600% de la inversión, y de que el 100% de los empresarios que han aplicado Coaching en su empresa, afirman rotundamente que el coaching ha mejorado la comunicación entre sus empleados.

Por otro lado, aunque el Coaching Personal está menos extendido que el Coaching Empresarial, cada vez son más los que deciden contratar a un coach porque han oído los resultados que han obtenido otras personas de su entorno. Nos contratan para escribir el libro que llevan años diciendo que quieren escribir, para tomar una decisión, para adaptarse mejor a un puesto de trabajo, para encontrar otro mejor y que les llene más; para superar una de las muchas crisis -importantes momentos de la vida- (divorcios, retos, enfermedad, traslados, cambios de todo tipo...) que los seres humanos antes vivíamos a duras penas, y sin el justificado apoyo que significa tener a nuestro lado a un profesional, en lugar de sentirnos “solos ante el peligro”. Un coach es alguien que no nos juzga, alguien que nos respeta de verdad, tal como somos, y que nos ayuda a encontrar soluciones y a extraer nuestra “mejor versión” en los momentos en que más lo necesitamos.

Se habla de Coaching estratégico, transformacional, ontológico, transpersonal, zencoaching...¿Por qué le han salido tanto apellidos?

Qué buena pregunta... La verdad es que no sé muy bien por qué hay tantos, pero puedo hablar de mi propia experiencia como precursora del Coaching Transpersonal. Me imagino que es la necesidad de darle un enfoque propio, una “dirección” a este método socrático rescatado y modernizado. Hay muchas formas de preguntar y muchas razones para hacerlo. Hay muchas maneras de ayudar a otro descubrir a su “contrincante interno”, y muchas razones para querer que extraiga lo mejor de sí. Cualquier “apellido” que realmente ofrezca Coaching con el fin principal de ayudar, y lo haga con respeto, honestidad, profesionalidad y efectividad, me parece válido y loable.

¿Qué destacarías de vuestro trabajo, qué lo hace diferente al de los demás? Creo que nos caracterizamos por lo mucho que nos gusta la gente, y que se nota que disfrutamos tanto de lo que hacemos; que vivimos la profesión del Coaching con verdadero entusiasmo, vocación y entrega. Inevitablemente, eso se transmite siempre y las personas lo captan; esto hace que el Coaching sea más rico, interesante y divertido. Creo que estas tres cualidades son claves fundamentales del éxito en cualquier proceso de Coaching.

Nos caracteriza también quiénes somos y lo que hemos aprendido, en múltiples aspectos. Somos personas muy interesadas en la propia búsqueda, en el propio crecimiento y desarrollo. Como es natural, aportamos a la formación y al ejercicio del Coaching nuestro bagaje personal, intelectual y profesional.

Tus cursos y talleres de estudio tienen un componente muy alto transpersonal, y además en Coaching Madrid tenéis un Código Ético, ¿por qué? Practico meditación desde hace mucho tiempo, y podría decirse que soy “buscadora trascendental”, por decirlo de algún modo o

intentar darle nombre a esa búsqueda del sentido. El sentido de lo que hago es el de encontrar el sentido a todo lo que hago.

Entiendo el Coaching como una filosofía de vida, y ofrecemos un método que integra y armoniza todos los aspectos vitales de una forma sencilla y natural. Va a lo esencial. La persona es un todo que vibra en interacción, y nuestra Escuela no se conforma con que el cliente (o coachee) alcance un objetivo en particular; nuestro objetivo final va siempre más allá. Queremos que realmente sea más feliz y que, por el camino, vaya hallando el sentido que pudiera faltarle a su vida. Para eso y por eso trabajamos. Cuando se trabaja así, es muy fácil mantener la atención totalmente enfocada en el otro; escuchar no sólo es sencillo, sino que es un deleite. La atención completa te ofrece una experiencia viva de quién es el otro. Es como escucharle poniendo en ello todo tu ser. De alguna manera es una "meditación activa".

La necesidad de crear un Código Ético con el que pronunciarnos e identificar la Escuela de Coaching Madrid, de debió a la situación del mercado. Nos preocupaba que una profesión tan valiosa y necesaria, se viera afectada o desprestigiada por el mercantilismo y oportunismo de algunos. La mejor forma de defender nuestros principios la encontramos manifestándonos a través de un Código propio, que es la expresión de un paradigma particular y de un compromiso con nuestro trabajo y con los demás.

[¿Cuándo y cómo empezaste a dar al coaching ese enfoque tan humano y transpersonal?](#)

Desde que me enseñaron el método; desde la primera sesión de práctica del primer curso que tomé. En cuanto experimenté que era capaz de conectar plenamente con otra persona, aunque no la conociese, supe que podía mostrar a otros cómo experimentar eso mismo. Entendí que se trataba de una conexión muy potente, una "sintonía" magnífica y real con el "dial" del otro; un espejo limpio y nítido que ofrecer a quien tenemos delante.

Para muchos de nuestros clientes su coach ha sido la primera persona que le/la ha escuchado con verdadero interés, que le/la ha comprendido hasta un nivel que no creía posible, y con quien se ha sentido por primera vez totalmente valorado/a.

[Entre tantos profesionales, ¿cómo saber seleccionar el bueno, el que es mejor para ti?](#)

Escucha las experiencias de otros, sigue tu intuición, y prueba. Que la primera sesión sea de prueba y gratuita lo veo imprescindible. Probar es lo mejor. En una sesión vas a saber si ese coach te puede ayudar. Es tan importante acertar y hay tanta oferta, que creo que es la mejor forma.

[¿Para qué sirve realmente el coaching?, ¿qué aporta que no lo haya hecho antes otra practica, como las consultorías, las terapias, etc.? ¿Cuál es la diferencia?](#)

Decimos que el Coaching no es Consultoría porque no realiza análisis ni aporta las soluciones. Para eso están los consultores. El Coaching inspira soluciones, pero no las da directamente. Además, un coach nunca aconseja.

No es una Psicoterapia porque, tradicional e históricamente, acudimos a un psicoterapeuta para que nos ayude a lograr vivir "una vida normal". El tramo que recorre el Coaching va desde la normalidad hasta la excelencia. Si un cliente muestra algún tipo de patología, de disfunción emocional o mental, le remitimos a un especialista, a un psicoterapeuta.

Tampoco es PNL, aunque algunos también lo confunden. El Coaching y la PNL se asemejan en que ambas disciplinas tienen una "pata" común que se apoya en la psicología cognitiva.

[¿Qué se fomenta desde el coaching?](#) Empezar a vernos -en nuestro espejo interno- más interesantes, capaces y atractivos. Vivir plenamente, darle sentido a todo lo que somos y a todo lo que hacemos. Vencer para siempre al "contrincante interno" que durante años nos ha dicho: no vales, no puedes, es imposible. El disfrute de la vida.

¿Cuáles serían los mejores atributos de un buen Coach? La ecuanimidad, la honestidad, la coherencia, el gusto genuino por las personas, la capacidad de escucha, el respeto... También la habilidad de "desaparecer" para evitar cualquier juicio o prejuicio; creo que el juicio es uno de los mayores enemigos del coaching.

¿Qué se necesita para formarse como Coach y dedicarte profesionalmente a ello? Primero y por encima de todo, tener vocación de ayuda. Quien no la tiene, difícilmente llegará a ser un buen coach. Creo que un buen coach lo es desde siempre, porque la nuestra es una profesión totalmente vocacional. Un formador cualificado muestra la experiencia intensa del Coaching; esa manera especial de "sintonizar" con uno mismo y con el otro que inspira y engrandece tanto a cualquier persona que se abra a ello. Después, es un oficio como otro cualquiera. Cuanto más recorras el camino que lleva a esa "sintonía", a la escucha profunda, al "arte de desaparecer", y más ganas tengas de crecer tú mismo y de ayudar a otros a crecer, mejor coach serás. Hay que practicar mucho y ofrecer muchas sesiones gratis antes de dedicarte a ello profesionalmente.

¿Quiénes tienen que hacer coaching? Quien tenga vocación de ayuda y le guste la comunicación. Aquel a quien sus amigos acuden cuando tienen un problema, porque inspira confianza. Quien sienta que ha estado ayudando desde siempre, a su manera, y busque un método para saber hacerlo profesionalmente. Quien esté interesado en el desarrollo personal y quiera llevar la comunicación de Coaching a su vida diaria.

¿Qué necesita tener el coachee o cliente? Ganas de vivir de verdad, valentía para trabajar por su felicidad, apertura a los cambios. Confiar en sí mismo/a y en su coach. Deseos reales de descubrir a su "contrincante interno" para vencerlo.

¿Desde donde hay que preguntar para llegar al coachee? Desde lo mejor de ti siempre obtienes lo mejor del otro.

¿Qué tiempo se necesita para adquirir una buena formación en Coaching? Nosotros ofrecemos cursos intensivos de tres días porque creemos profundamente en la intensidad y el valor de la experiencia. Nuestros cursos se caracterizan por su impacto, por su sencillez y por la útil aplicación del sentido común. Cada curso es un descubrimiento constante, mucho más que un aprendizaje. Son tres días que muy probablemente no olvidarás nunca, y sin embargo sientes que te llevas a casa algo que ya tenías. Te han mostrado una perspectiva desde la que puedes llegar a ver por ti mismo/a el paisaje completo. Desde ese momento, sólo tienes que "entrar" de nuevo en ti, -de esa manera- y escuchar al otro con el mayor interés y respeto con el que se puede escuchar a alguien. Todo lo demás se recuerda, se amplía con la práctica, por sí solo, porque ya lo tenías antes del curso, porque lo tenías desde siempre. Nosotros facilitamos el descubrimiento. Eso nos toma tres días.

Nuestros alumnos sienten que se llevan lo esencial del Coaching, lo que realmente necesitaban descubrir. Entienden que el contenido del curso podría desarrollarse y diseñarse para durar meses o años, pero que en tres días muy intensos de descubrimiento y práctica, además de la formación de un curso en el que la "paja" no existe, se llevan a sus vidas el espíritu del Coaching. Puede olvidarse lo que se aprende, pero los descubrimientos nunca vuelven a cubrirse. Son nuestros para siempre.

Después del curso, hay que practicar mucho, con amigos y conocidos, y ofrecer muchas sesiones gratis. Cuando descubres que eres capaz de ayudar realmente a otros a conseguir lo que quieren, ya puedes permitirte empezar a cobrar por las sesiones. La constancia y el propio interés son primordiales.

Algunos de nuestros alumnos "repiten" para volver a conectarse con lo que recibieron en el curso, para refrescar algunos conceptos y para vivir la experiencia de nuevo.

Como alternativa a la práctica autogestionada, Coaching Madrid ha diseñado un programa integral para poder ampliar -con nuestro apoyo y seguimiento- la formación en coaching, y con el que avalamos y acreditamos -en horas lectivas y prácticas- la **Certificación de Coach Profesional**. Este programa está establecido en Módulos Presenciales. Son jornadas de práctica, estudio y profundización en las que ahondamos en los contenidos específicos del coaching de forma práctica, con casos reales y ejercicios de descubrimiento. La formación se complementa con el seguimiento y supervisión a distancia de los procesos de coaching en prácticas.

Puede cualquiera convertirse en coach profesional? Cualquiera que tenga vocación y no tenga impedimentos mentales o físicos, sí.

¿Puede el coaching cambiar algunos aspectos de la vida? Por supuesto, y siempre para bien. El Coaching puede cambiar tu vida entera, si es eso lo que buscas y quieres.

¿Dónde tiene que enfocarse el Coaching para sacar todo el potencial humano? En el no juicio, en la escucha total, en el genuino interés por el otro y en la confianza en el gran potencial que cada ser humano tiene por descubrir.

Que le dirías a la gente para que se anime a hacer un curso en Coaching Madrid. Que si en algún momento intuyen que puede ser lo que están buscando, que contacten enseguida con nosotros para informarse y averiguar si es así. Creo que, si es el caso, sería una lástima que se perdiesen algo tan importante.

Cuéntanos una anécdota de las muchas que cuentas en tus cursos. Por ejemplo, una a la que recurro cuando hablamos del gran potencial que tiene el ser humano:

“Un día coges el Metro en la estación de Atocha. Cuando el tren llega, un señor que viene detrás te empuja con malos modales, te aparta a un lado, “gruñe”, y corre a sentarse en el único asiento que había libre en el vagón. Tú te quedas mirándolo y lo ves tenso, amargado, distante..., y piensas, “vaya tipo más indeseable. Qué pena que haya gente así en el mundo.”

Al día siguiente llegas a la misma estación y acaba de ocurrir la tragedia del 11-M. La imagen es dantesca. Por un momento te quedas completamente inmóvil, observando el terrible espectáculo que tienes delante. Los supervivientes que pueden incorporarse, se mueven de un lado para otro, desorientados y aterrorizados, y hay muchas personas que se acercan a ayudar. Entre ellas el mismo señor del día anterior, el que te empujó; ha acercado su coche para transportar a algunos heridos, y busca supervivientes corriendo por los vagones, incansablemente, sabiendo que está grabando en su retina imágenes que no olvidará jamás, y dando lo mejor de sí mismo para salvar la vida de otros.

Al otro día aparece en las noticias como un héroe urbano, alguien excepcional y valioso que ha demostrado ser un verdadero ser humano, aunque pareciera una persona corriente... ”

Un día muestras tu “sombra” y al día siguiente eres capaz de mostrar tu “luz”. Las cualidades ya las tienes dentro, aunque no sean evidentes para ti mismo o para los demás.

Un proceso de Coaching te descubre quién eres realmente; rescata tu mejor versión y te ayuda a vivir disfrutando de ella.

Muchas gracias y buena suerte, Maria.
El equipo de Desarrollo Humano Online

9 de Noviembre, 2007