

Consultor en Desarrollo Humano

Salvador Moreno-López

V4. 22 de Enero del 2014

Soy Salvador Moreno, consultor en Desarrollo Humano. Como consultor, mi trabajo consiste en establecer *interacciones y conversaciones* con personas y grupos para que:

- *Encuentren soluciones* a situaciones/problema¹ de su vivir, en diferentes ámbitos de su vida, principalmente la familia, los amigos y el trabajo,
- Generen alternativas creativas para *enfrentar, resolver o transformar* dichas situaciones,
- Y se sientan satisfechas con las acciones realizadas y los resultados obtenidos.

Las situaciones/problema sobre las que trabajamos se abordan, sobre todo, en tanto implican *aspectos psicosociales*. Es decir, que implican los *modos personales de interactuar* con ellas. De manera que las personas puedan generar modos de interacción adecuados para promover los cambios o transformaciones que quieren, dadas sus circunstancias y trayectoria de vida.

En ocasiones estas situaciones apuntan, por ejemplo, en la dirección de *desarrollar un nuevo proyecto* en su vida. Entonces las personas buscan clarificar *cómo están implicadas y cómo pueden impulsarlo*, reconociendo la complejidad vivida en dicha situación.

En este trabajo, presupongo que cada ser humano puede hacerse cargo, en mayor o menor medida, de darle dirección a su vivir y generar *BienEstar* en su vida cotidiana, tomando en cuenta los demás y al contexto en el que vive. Supongo también que, en ocasiones, las personas generamos obstáculos “personales” que frenan o congelan algunos aspectos de nuestras interacciones y ello hace que nos sintamos incompetentes, o que demos vueltas en círculos, y limitemos el aprovechamiento o desarrollo de nuestros recursos personales para vivir bien. Pienso que esas posibilidades de *autoría y agencia* varían, dependen y se mueven con los contextos socio-culturales, económicos y políticos. Y que también surgen o se bloquean en las interacciones concretas que ocurren momento a momento.

Cuando alguien viene a consultoría conmigo, me interesa:

Que esa persona...

- se mueva en dirección de reconocerse y sentirse –**en alguna medida**- como *autora y agente* de su vivir,
- Identifique y amplíe los recursos personales para vivir *Bien* su vida cotidiana, en los términos que le haga sentido a ella, *desde su querer auténtico*, y dentro de su *horizonte ético*,
- Encuentre y genere *alternativas concretas* para propiciar el *vivir bien* en los ámbitos de su vida que atiende en la consultoría.

➤ ¹ Llamo *situación/problema* a un conjunto de condiciones psicosociales y socioculturales en las que una persona se encuentra involucrada y que le demandan acciones para transformarse en algo diferente y mejor en términos de Bienestar. Y siguiendo a Mahoney (2005), llamamos problema a la “Discrepancia sentida entre cómo son las cosas y cómo se espera (o se supone) que sean” (p. 81).

Considero que cuando una persona llega a la consultoría, describe la situación, su problema, intereses, proyectos, etc. tal y como ella ahora los siente, percibe, comprende y conceptualiza. Puede ser que esté relativamente convencida que así es la situación, puede ser que tenga dudas o que de plano sólo identifique aspectos vagos de esa situación, “sin mucha idea” de cómo proceder. Cada quien empieza desde donde está. Por ello, uno de mis primeros propósitos en las interacciones con los consultantes es *escuchar amplia y comprensivamente* para que esa persona se sienta atendida, comprendida y acogida; que capte mi disponibilidad para caminar con ella, explorar y encontrar nuevas opciones; abiertos a lo nuevo y a lo inesperado, aunque no sea lógico ni parezca de momento explicable... Y que en ese ambiente de interacción vaya escuchándose desde lo *corporalmente vivido*.

Para hacer esto, necesito clarificar mi tiempo y su tiempo disponible. Hacer un acuerdo y atenerme a ello. Creo que un tiempo bien delimitado, es mejor que un tiempo ambiguo, aun si el acuerdo es que el tiempo es indefinido. Y, como al final de cuentas, hay también *un costo*², la delimitación del tiempo es importante.

Por supuesto, buscaré que el *lugar* de nuestras conversaciones sea *adecuado* para que la persona se sienta cómoda y en confianza para abordar las situaciones/problema que le inquietan. Algunas personas y algunas situaciones requieren más privacidad que otras. Unas pueden y han de ser en los ámbitos de trabajo del consultante. Otras requerirán que atienda en mi oficina.

Me ayuda tener *claridad respecto a lo que voy a hacer y a lo que espero que haga el consultante*. Se trata ciertamente de una *relación profesional*. Más ello no significa que sea impersonal, fría y distante. Por el contrario, creo que requiere de cierta cordialidad, calidez, amabilidad y firmeza, al mismo tiempo que muestra mi modo personal de ser profesionista.

Me queda claro que me dispongo a *estar presente* con el consultante. Lo más presente que pueda. Ello requiere que haga a un lado mis pendientes, preocupaciones y asuntos por atender. Que acalle mis diálogos internos y haga un silencio interior. Entonces estoy disponible a encontrarme con el consultante, a dejarme sentir lo que sea que sienta al estar con él, para comprenderlo con empatía, de esa que llamo *empatía experiencial*. Por cierto, Madrid (2005) describe con más amplitud lo relacionado a lo que él llama “la configuración del encuentro terapéutico”. Por supuesto que en mi caso cambio la actividad de psicoterapia por la de consultoría. Tienen sus semejanzas y sus diferencias.

Así que escucho... observo... recibo toda la información que llega por todo mi *cuerpoorganismo*... me doy tiempo para estar, recibir, comprender... no me apresuro... espero mientras recibo y observo... mientras, desde mi experimentar van surgiendo *sensaciones-con-sentido*, imágenes, palabras, gestos, movimientos... que darán *expresión visible a mi interacción* con el consultante, y desde las cuales surgen muestras de mi comprensión empática (Moreno, 2010).

Espero que él se sienta bien recibido, acogido, aceptado, no juzgado... que sienta que tiene derecho a vivir su propia vida y a darle dirección a su vivir, o a la *buena vida*, como señala Savater (1996). Esto aún si de momento se siente perdido, confuso, desconcertado... Estoy ahí para *interactuar*... de una manera tal, que

² El costo no es sólo en términos económicos, sino lo que implica para mí como consultor dedicar un cierto tiempo a una actividad y a una persona. Estar en un lugar a determinada hora implica renunciar a estar en otro lugar al mismo tiempo. Después de todo, el tiempo es un recurso limitado y no renovable. ¿Cuáles son las prioridades en mi vivir? ¿A qué quiero dedicar mi tiempo?

resulte provechosa y benéfica para él (y para mí también, ciertamente, mas de diferente manera). Por supuesto que iremos precisando, en cada caso, qué es lo benéfico y provechoso.

Me interesa saber/comprender *qué espera de mí y de la consultoría, qué espera de él, y de su vida/trayectoria*. En la conversación, podremos ir perfilando juntos, algunos propósitos de nuestros encuentros... *propósitos amplios* como: quiero sentirme mejor en mi vida, desarrollar mi creatividad, cuidar de mi salud, y también *propósitos más particulares* y concretos como: aprender a expresar constructivamente lo que *sentipienso* (Galeano, 2001; Moreno, 2010), mantenerme dentro de la alimentación adecuada, expresar con claridad y firmeza mis decisiones, etc. Iremos haciendo *acuerdos explícitos e implícitos* sobre cómo serán nuestras interacciones para que sean provechosas, para que nos lleven en dirección de los propósitos, objetivos, y querer... los iremos afinando sobre la marcha.

Con este contexto de inicio, espero unas interacciones y conversaciones fructíferas para él y para mí... a su manera y a la mía... y según lo que construyamos en las interacciones. De cualquier forma es una *aventura abierta a lo nuevo y a lo inesperado*; una aventura fincada en la confianza del proceso humano en dirección de la vida (Gendlin, 1993), aunque no exenta de conflictos, paradojas y contradicciones. Que así sea.

Referencias bibliográficas.-

Galeano, E. (2001). *El libro de los abrazos* (16ª ed.). México: Siglo XXI Editores. Celebración de la subjetividad, Celebración de las bodas de la razón y el corazón, y Divorcios, pp. 88-90.

Gendlin, E.T. (1993). Three assertions about the body. *The Folio*, 12 (1), 21-33.

Madrid, J. (2005). *Los procesos de la relación de ayuda* (2ª. Ed.). Bilbao: Desclée De Brouwer

Mahoney, M. (2005) *Psicoterapia constructiva*. Barcelona: Paidós.

Moreno, S. (2010). *Descubriendo mi Sabiduría Corporal. Focusing* (1ª reimp.). Guadalajara: Focusing México.

Savater, F. (1996). *Ética para Amador* (15ª imp.). México: Ariel.