

COACHING ASISTIDO POR CABALLOS



Melisa y Eduardo Fuentes, nos platican sobre coaching asistido por caballos. Especialidad que cada día adquiere más adeptos. Ubicado en el poblado de La Cañada de Alférez -La Marquesa, Estado de México a 25 minutos del Distrito Federal, Campo Krasiba es su sede.



Melisa y Eduardo platíquenos ¿cómo comenzó coaching asistido por caballos?

M.F.- *Mi gran pasión en la vida son los animales.* Soy psicóloga de profesión, psicoterapeuta. Desde que estudiaba la carrera decidí que quería hacer algo con animales; poco a poco me fui metiendo en la relación humano-animal hasta que una persona llegó a mi vida a abrir esa puerta, me enseñó el mundo de los caballos. Regina Bueno, una excelente jinete, fue quien me introdujo a la relación y vínculo con los caballos, de ahí junto con mi papá empezamos a aprender al mismo ritmo: él desde su punto de vista y yo desde el mío descubrimos lo impresionante de la relación humano-equino.

Es maravilloso que un animal que pesa 10 veces más que tú, te acepte y entable una relación contigo; y sobre todo que tenga la capacidad de percibir tu estado anímico. **En esta modalidad de coaching, el caballo, es el verdadero especialista.**



“...entonces en coaching asistido por caballos, él es el especialista, uno nada más refleja. “

E.F.- Yo vengo de un mundo distante a este tema, soy abogado de origen, después hice una maestría en el *CIDE* en Administración pública, mi carrera profesional fue en el ámbito público muchos años en el tema de economía y comercio internacional, esa es mi formación. Después tengo una experiencia docente en el ITAM, fui catedrático en la Maestría de negocios internacionales, aunque siempre tuve una pasión paralela, le llamo mi “mundo oculto” que es el mundo de la montaña. Fui piloto de hang glider (ala delta) y montañista; esa es mi perspectiva actual del mundo.

Campo Krasiba, nace cuando un día sobrevolando los Alpes franceses me di cuenta que esa era mi esencia, quizás fue mi primer contacto profundo con mi esencia. Ahí descubro lo que yo quería hacer, mi pasión, mi coherencia, mi lógica estaba ahí y gradualmente fui aterrizando y dejando de lado la vida formal, yo le llamo “el mundo de la importancia y la diplomacia”. Me tocó vivir en Holanda, Francia y en la Unión soviética representando al

Banco de Comercio Exterior, y en paralelo tenía mi pasión, cada minuto disponible lo ocupaba yo en el vuelo libre, entonces desde ahí nace este concepto, ¿qué se aprende y qué me enseña la montaña que pueda ser aplicable al mundo “real”? ; ahí se empieza a entretener y a formar una visión diferente del mundo, veo que los que practicamos algún deporte extremo vivimos con un compromiso con la autenticidad, con la impecabilidad, con el cuidado de los detalles, la previsión, adelantarte a todo lo que puede suceder, entender lo que pasa en el entorno; el cielo ahorita está diciendo muchas cosas, la formación de nubes, la dirección del viento, el nivel de humedad, la temperatura, la hora en que estamos, descubres que todo el tiempo tienes esa información alrededor y poca gente levanta la vista, la contacta, la interpreta y la aplica a su vida diaria.



“Mi gran pasión en la vida son los animales”.

Cuando llevas esta óptica al mundo de las organizaciones, cuando logras que los integrantes de un equipo trabajen como si estuvieran practicando un deporte extremo, desaparecen las luchas de poder, la indolencia, la falta de compromiso y por ende se genera una atmósfera de solidaridad, en torno a un espíritu de equipo y a valores y objetivos compartidos. A esto le llamamos la “cultura de la impecabilidad”

Y lo reproduce fielmente, ¿no?

E.F.- Esa es justamente la idea; para lograr grandes éxitos, grandes cimas, grandes sueños, se requiere vivir y actuar con impecabilidad, cuidando los detalles, entendiendo el entorno, respetando la naturaleza, respetando al otro, respetándote a ti, respetando tus emociones, hay muchas veces que al borde de un acantilado mil metros vertical a punto de despegar hay una voz interna que dice “hoy no toca”, “no estoy para esto”, a pesar de que todo el equipo estaba listo en las condiciones ideales, esa voz interna te decía “no vas” y más te vale hacerle caso; es la voz de la experiencia, de la intuición, de tu propia esencia.

Campo Krasiba nace en el año 2000 y se ha ido perfeccionando el modelo. Hace un par de años descubrimos junto con Melissa como psicoterapeuta y a través de su pasión por los caballos, como podía fortalecerse el Modelo. Nos ponemos a investigar, empezamos a hacer algunas certificaciones, especializándonos en éste tema, aprendiendo juntos este camino.

Hablaste de certificaciones. ¿Cuáles fueron?

E.F.- Sí. Hay un modelo que se llama EAGLA, que nace en Estados Unidos, como el método más poderoso de Coaching y terapia asistida con caballos. EAGLA son las siglas de Equine Assisted, Growth and Learning Association. Y lo desarrollan un grupo de psicoterapeutas, coaches y profesionales, amantes y concedores del mundo del caballo.

M.F.- Es la única que está avalada por la Asociación Psicológica Americana, y cuenta con un amplio reconocimiento a nivel mundial. La segunda certificación la tomé yo y fue más enfocada a la doma natural, hacia el entendimiento del lenguaje y de la mente del caballo, su proceso de comprensión y reacción. Conforme a la experiencia vamos entendiendo como cada caballo tiene una personalidad diferente, al igual que los seres humanos.

E.F.- La tercera es con la Asociación Mexicana de Coaching Asistida por Caballos, es una asociación nacional AMECAC. Estamos en el tercer nivel de cuatro y son complementarios, son enfoques diferentes, la base de EAGLA es que en la pista, que es un espacio terapéutico, hay tres profesionales: uno es especialista en desarrollo humano que puede ser un terapeuta o un coach; otro es un especialista equino que maneja la parte de la etología que es el mundo, la cultura, la esencia del caballo; y el tercero es el mismo caballo, ese es el enfoque.



“...la pista es un espacio terapéutico, hay tres profesionales... uno en desarrollo humano..., un especialista equino..., y el tercero es el caballo.”

M.F.- Él es el mejor especialista, el caballo. Es el que verdaderamente hace el trabajo.

E.F.- Esa es la base. El Coach observa el comportamiento del hombre o de la manada humana: sus reacciones, forma de entrar, miedos, emociones, actitudes, distancias, cercanías, toda la corporalidad, lo que dice, lo que deja de decir. Y el especialista en caballos observa cómo se comporta la manada equina y se les entregan a los coachees. En forma de preguntas.

El hombre proyecta en el caballo sus inseguridades, su nivel de autoestima, su estilo de liderazgo, sus emociones; el animal regresa de manera amplificada lo que le transmitimos. El caballo, sólo o en manada, nos explica lo que siente, si le inspiramos miedo o desconfianza, si nuestra aproximación fue invasiva o respetuosa, si se sintió cuidado o agredido.

El caballo no sabe de diplomacia o de protocolos; te entrega simplemente su reacción ante tu estímulo, sin simulaciones ni hipocresías.

¿Cuántas veces en mi relación con otros genero alegría, temor, desconfianza o rechazo? ¿Acaso hay algo en mi comportamiento, en mi lenguaje corporal, en mi mirada o mi energía, que genera reacciones distintas a las deseadas?



“...el caballo es el gran espejo, te devuelve lo que tú le entregas.”

¿Qué es lo que hace el caballo?

E.F.- Gran espejo, te devuelve lo que tú le entregas. Así de natural, así es su esencia.

Hará lo que tú le pidas si te cree y te tiene confianza.

M.F.- El caballo entiende algo que nosotros hemos perdido, llamarlo intuición sería la palabra más acertada, ya que logra representar lo que tienen que representar en el momento en que lo tiene que representar. Tienen una inteligencia que nos escapa, una intuición que entienden algo más que nosotros, no sé si la perdimos en el camino o jamás la tuvimos, es decir, perciben perfectamente lo que está pasando y quién está alterando su entorno.

¿Cuál es el objetivo del coaching asistido por caballos?

E.F.- El gran objetivo es que un equipo de trabajo se vea reflejado tal como se comporta en el día a día, pueda darse cuenta de lo que provoca en el resto de sus pares o colaboradores y el impacto que esto tiene en los resultados de la organización.

Al final de una sesión, el equipo encuentra en dónde están sus carencias, disfunciones y debilidades; con mucha frecuencia descubren que adolecen de falta de humildad, protagonismos, comunicación deficiente, ausencia de escucha, estilos de liderazgo inapropiados, incompetencia para trabajar en equipo, impulsividad para actuar sin planear, enfoque en tareas específicas perdiendo la visión del conjunto, ausencia de control de las emociones y muchas más dolencias.



“Un especialista va observando el desarrollo humano, observa el comportamiento del hombre o de la manada humana: reacciones, forma de entrar, miedos, emociones, actitudes, distancias, cercanías, toda la corporalidad, lo que dice, lo que deja de decir”.

La conjunción de sentimientos de euforia, frustración, desconcierto, asombro, etc., son la materia prima que los coaches aprovechan, para propiciar reflexiones, aprendizajes y compromisos.



“El gran objetivo es que un equipo de trabajo se vea reflejado tal como se comporta en el día a día.”

Por lo general la primera pregunta es ¿qué quieren trabajar? Y el tema puede ser liderazgo, confianza, comunicación, humildad; cada equipo que entra a la pista te dice qué tiene, dónde “le duele” o si tienen un “quiebre”. Entonces el rol del coach es diseñar las dinámicas que permiten contactar con esa distinción, con esa preocupación del equipo de trabajo.

De lo que vi hoy, ¿qué dinámicas fueron?

M.F.- Realmente no las categorizamos por nombre, sino más bien conforme al perfil del grupo. Son diferentes retos; al final lo que más nos ha funcionado es que sean dinámicas sencillas, mientras más sencilla la dinámica, se obtiene más material para trabajar, y mientras más complejas las hemos tratado de hacer algo se bloquea, no fluye. Hoy por ejemplo nos pidieron trabajar humildad, comunicación, control e integración.

E.F.- Melisa tiene toda la razón, mientras más simple es más evidente el resultado, **lo primero que les pides es entrar en contacto con la manada equina.** Ahí automáticamente tienes un diálogo, una conversación, un flujo y reflujo de energías, ellos no saben a dónde están entrando, muchos entran con desconfianza, con temor, muchos no se animan o se escudan detrás de sus compañeros pero al final se van acercando. Les pedimos que interactúen, no quiere decir ni que los monten ni que los acaricien, simplemente interactuar, entonces se mezclan, y después recoges lo que pasó, y ahí hay una tormenta de emociones, a veces los caballos se alebrestan, se asustan, se enojan, se sienten violentados y los participantes reaccionan a su manera. El coach pregunta ¿qué vieron?, y con frecuencia percibieron agresividad, piensan que están entrenados para irse, para huir, que son antisociales.

M.F.- Suelen decir, es que “no confían en nosotros”. La pregunta es ¿quién no está confiando en quién? Porque al final, que el caballo confíe o no en ti, es función de lo que le estás transmitiendo y de como tú interpretas sus acciones. Al final son

una proyección y los participantes terminan viéndose reflejados y hablando de sí mismos.



“...el rol del coach es diseñar las dinámicas que permiten contactar con esa distinción, con esa preocupación del equipo de trabajo.”

E.F.- La idea es aplicar las reflexiones que se hacen a su mundo del día a día, en el ámbito de la empresa o en el personal y esa es la base del coaching. ***Lo interesante en este caso es que el quiebre, el reto, tiene vida propia, un cuerpo imponente, que se mueve y expresa lo que siente; tiene carácter y te responde de manera inmediata y directa, sin rodeos. El caballo si tiene una característica es que no tiene ego, es tal como es, nunca te va a engañar, nunca te va a invitar a acercarte para darte una patada, jamás; si está incómodo te avisa, te grita “no estoy a gusto y no quiero que te acerques” y tiene formas de decirlo y de ti depende si lo interpretas adecuadamente o no, pero nunca te va a engañar, es perfectamente transparente y directo, noble y congruente. Eso es muy importante, entonces: aprendemos con el caballo, la maravilla de vivir sin ego o con el ego apagado o controlado, la transparencia; cuando yo proyecto una emoción recibo automáticamente la emoción correspondiente, si yo proyecto inseguridad voy a recibir desconfianza, si proyecto agresividad voy a recibir lo mismo. Entonces el reto es cerrar***

la brecha para que pueda yo entablar una relación cordial, profunda, de confianza, de estima con el caballo.



“Aprendemos con el caballo, la maravilla de vivir sin ego.”

¿Y cómo lo induces?

E.F.- Primero es llegar como somos y darte cuenta que pasa; si llego sin respetar tu espacio, tu momento, sin pedirte permiso, sin inspirarte confianza, seguramente recibiré tu rechazo.

En su experiencia, ¿la gente cómo se comporta cuando entra a la pista?

M.F.- Lo curioso es que cuando una persona se enfrenta a una situación no conocida puede reaccionar de dos maneras: las defensas aumentan o disminuyen y aparece el verdadero yo, un yo primitivo donde juega el instinto de supervivencia. Enfrentar a un animal de 650 kilos en estado de libertad y en su territorio genera reacciones ancestrales.

Es maravilloso cuando descubren que en la medida en que se tranquilizan, el animal permite más la interacción, que si yo me

acercó temblando y en posición de ataque, el animal va a decir “a ver espérame”, si el caballo percibe desconfianza o miedo, optará por tomar el liderazgo, ya que no considera apta a la persona pues finalmente busca el bienestar.

Al darse cuenta que la persona es apta, suelta inmediatamente el liderazgo y lo cede sin ningún problema.

E.F.- Si el animal te tiene confianza y te cree va a hacer lo que tú quieras, son las dos precondiciones.

M.F.- Y la única forma que eso pase es que te lo crean y que tengas confianza en ti. Al caballo no hay forma de engañarlo.

Parece algo muy lógico, sencillo y natural.



“...el proceso es como un espiral gradualmente vas construyendo una relación de confianza hasta que el caballo se reclina en ti y te acompaña...”

E.F.- Es terriblemente lógico. Y aquí no es una clase teórica, lo que comentábamos hace rato, en teoría se puede entender, pero cuando vives la experiencia de acercarte y el caballo se va, hay una sensación de frustración, de rechazo; si aprietas el paso y te vas hacia él, más se va a alejar de ti. Si eso lo llevas a otro ámbito en tu vida y te preguntas ¿cómo me estoy yo relacionando con los demás?, ¿por qué me rechaza la gente?. Tal vez la gente se queda porque yo soy el jefe, pero si pudiera se iría, ¿qué pasa en el sindicato, en la planta, con los colaboradores?, ¿tienen reacciones similares?, ¿qué tendría yo que hacer para que estén cómodos conmigo, receptivos y abiertos?

Todo el proceso es como un espiral gradualmente vas construyendo una relación de confianza hasta que el caballo se reclina en ti y te acompaña a lo que tú quieras hacer.

¿El caballo necesita algún tipo de entrenamiento especial?

M.F.- Mientras menos entrenamiento mejor porque la reacción es natural. El caballo chiquito que tenemos, con él sí no hay forma, él dice “si yo no quiero, ni aunque me ruegues” pero porque al final él es un niño, él juega y dice “si quieres agárrame a ver cómo nos va”, conforme van avanzando en edad los caballos se vuelven más tranquilos, más dóciles, va cambiando la personalidad. ***Entonces a mi forma de ver entre menos entrenados mejor, aunque siempre me dicen que sí están entrenados para no saltar la barra, y que están entrenados a no hacernos caso, y si supiera cómo hacerlo de veras lo hago, pero no sé cómo.***

E.F.- De hecho puedes trabajar con cualquier caballo siempre y cuando lo respetes y entiendas.

M.F.- Y por supuesto siempre que el caballo esté mentalmente estable, que sea un caballo sano, ya que como en todos lados existen distorsiones en la mente y estas pueden afectar a los caballos y por tanto podríamos poner en peligro a una persona o incluso a ellos mismos

Vi varios caballos, ¿esto es así, es parte del diseño?



E.F.- Es parte del diseño, y con toda intención hay un burro, una pony, una yegua, dos caballos, un potrillo y cada uno representa una personalidad, un grupo humano diferente. El que ves chiquito a veces lo menosprecian, a la

burra a veces no le hacen caso y se van por los más vistosos, por los más grandes, o al revés, al grande lo ven demasiado imponente y se van con el chiquito y eso refleja tu forma de relacionarte con el otro, dónde te sientes comfortable.

¿Entonces el propósito es que un grupo humano entra en interacción el animal con personalidades, y a través de esa interacción hace reflexiones de sí mismos?

E.F.- Exactamente, ese sería el propósito.

¿Cuánto dura una sesión de coaching asistida por caballos?

E.F.- No hay una regla. Nosotros aquí en Krasiba lo estamos haciendo como parte de un programa de dos días, en el que procesamos muchos aspectos orientados a la formación de Equipos de Alto Impacto, sin embargo se puede diseñar un programa completo de un día, exclusivamente en torno al caballo, en dónde vas generando, sembrando, construyendo hasta que al final del día el coachee entendió cómo comunicar, construir puentes, coordinar acciones, cómo gestionar sus propias emociones, que ese es el gran tema. ***Yo gestiono mis emociones, las controlo, me pongo al nivel del otro, respeto al otro desde mi mayor humildad y mi mejor escucha, veo si***

es prudente ahorita acercarme o mantenerme distante o ver como poco a poco cierro justamente esa brecha.



“...el propósito es que un grupo humano entra en interacción el animal con personalidades, y a través de esa interacción hace reflexiones de sí mismos.”



“...aquí con todo lo que hacemos desde ir a caminar con los ojos tapados se empiezan a mover fibras sensibles en las personas”.

Uno de los puntos es la gestión de emociones, quien venga aquí va a tener emociones.

E.F.- No puedes estar fuera de alguna emoción nunca, aquí van a aflorar y se van a potencializar frente a un caballo, si ves un reto es un desafío que puede ser el miedo, la desconfianza, pueden ser muchas cosas, pero siempre va a haber emociones.

¿Hay organizaciones y empresas donde las emociones no se “valen”, donde los ejecutivos deben saber controlarlas?

M.F.- No nos ha tocado en específico que vengan con ese tabú; sí es un tabú social donde las emociones quedan en quinto plano, donde no se les toma en cuenta o se les reprime, pero *aquí con todo lo que hacemos, desde ir a explorar en el bosque con los ojos vendados y en silencio, se empiezan a mover fibras sensibles en las personas* y logramos sensibilizarlos, regresar a ti, contactar con lo que está pasando contigo en esta situación,

hay muchos que presentan una barrera enorme y no va a haber forma de cruzarla, pero hay otros que empiezan a entender que las emociones son extremadamente válidas y que al final nos manejamos a partir de ellas.

E.F.- Esto es una gran tendencia, trabajamos el 90% con empresas grandes, multinacionales de grueso calibre, y de más en más es lo que buscan, el contacto humano. Ahorita son 55, todos ingenieros, ingenieros electromecánicos, industriales, etc. y el gran reto es entender y asimilar que al fin del camino trabajan con y para seres humanos y una parte esencial es contactar y entender la emoción.

Vi que está integrado con otros ejercicios, háblenos de ello.



“No puedes estar fuera de alguna emoción nunca, aquí van a aflorar y se van a potencializar, ...siempre va a haber emociones”

E.F.- El modelo de Krasiba busca fundamentalmente generar espacios para contactar con la esencia de cada individuo y descubrir cuál es la esencia de todo el grupo, la del equipo. Lo hacemos desde técnicas de alta montaña, deportes extremos, técnicas de supervivencia donde enfrenten sus miedos, como la principal idea limitante, les ayudamos a confrontarlos, enfrentarlos y a superarlos.

Victor Frankl decía que: **“del otro lado del miedo está la libertad”**. Entonces cuando tú a un individuo, a un equipo, lo confrontas con el miedo, le das la mano, lo arropas, le das la técnica, le das el contexto, le ayudas a gestionar su emoción y que sobrepase y supere un miedo le abriste los horizontes para siempre, es una mejor persona.



“Del otro lado del miedo está la libertad”

E.F.- Cuando supera sus miedos “lo abres” para siempre, no tiene reversa.

¿En cuánto se supera un miedo?

E.F.- Puede ser en un click, en un momento, puede ser ahí en la cima de la montaña, los momentos de la verdad son cuando estas a la orilla de un acantilado, le pides que se siente hacia el vacío y en esos 3 segundos se está superando un miedo de manera irreversible.

A mí me tocó vivir la caminata a ciegas, ¡qué experiencia! Todos los sentidos están puestos en acción, todo tú como pocas veces estás.

E.F.- Desaparecen tus demonios, tus inseguridades, tus temores, las voces internas que te dicen que te vas a romper una pierna, te vas a ir a una barranca, etc. y ahí estas en ese diálogo con las emociones y con los miedos.

Y en contacto con el otro

M.F.- Claro.

E.F.- Ahí es crucial el apoyo del otro: es la mano, el apretón, un gesto o un abrazo. Sí te sientes cuidado, poco a poco te vas relajando y descubres que no vas solo por la vida, que puedes confiar en ti y en los demás, y mientras más relajado sufres menos, por el contrario, lo disfrutas; no nada más te sientes ayudado sino que puedes ayudar a alguien más y es la cadena de ayuda, se genera la conciencia de equipo, la conciencia colectiva y es maravilloso. Eso llevado a cualquier otro contexto te sirve para siempre.

En la pista de comandos se pueden ver las expresiones de los que están llegando, que jamás se imaginaron que se iban a subir a algo así.



M.F.- Claro, y sobre todo porque trabajamos con gente de empresa que hoy en día difícilmente salen al campo, difícilmente hacen un ejercicio donde implica mover el esqueleto. Y justamente es eso, retar hasta dónde aguanta mi cuerpo y descubrir que si soy capaz; el cuerpo habla, tu cuerpo se va a quejar, siempre les decimos que el dolor va a llegar mañana, que no se preocupen, que es una forma de reconciliación con él; date permiso muévete, actívalo el cuerpo te dice, te habla, no lo calles, y el cuerpo es sabio y él puede.

Nos topamos con frecuencia con declaraciones como: “Pensé que no lo lograría”, “no creí que fuera capaz de lograr lo que hicimos” “nunca pensé que iba a pasar el pasamanos” , ¿dónde queda esta parte de regresar al cuerpo y hacerle caso?

Quien viene a Krasiba va a vivir emociones fuertes, va a experimentar coaching asistido por caballos, la pista a ciegas, va a subir a la montaña, va a estar en la pista de comandos.



“el valor número uno es la seguridad. La integridad física y después a partir de ahí darles la sensación de romper límites de ir más allá, de lograr”

E.F.- También tenemos un laberinto subterráneo donde vas en oscuridad total resolviendo un laberinto al tacto, estas bajo tierra y de nuevo ahí aparecen los demonios, las fobias, las inseguridades, etc. y todo va a eso, a invocar justamente los límites, mis fronteras y mis anclas.

Hay muchos otros retos, hay un puente colgante en las copas de los árboles obviamente asegurado. El tema de seguridad es fundamental siempre, no escatimamos, ***el valor número uno es la seguridad, de la integridad física y después a partir de ahí darles la sensación de romper límites de ir más allá, de lograr***, de conquistar, de vencerse a sí mismos. Y no se trata de ver quién es el más fuerte o el más rápido y el que llega primero; más bien se trata de un vencimiento personal, si salen 30 llegan 30, si hay que cargar, hay que ayudar, hay que esperar, hay que animar al otro, hacer lo que se tenga que hacer pero siempre en equipo. El único ganador siempre es el equipo como un todo.

Esta experiencia que tiene una persona o un equipo, ¿vale la pena que la continúe con otro tipo de experiencias o en otro lado, que tengan un team coaching o individual y que sea parte de una experiencia, de una formación?

E.F.- Es una gran pregunta. Sí, efectivamente el modelo completo empieza aquí con la parte vivencial, se abren, se destapan, se reflexiona, caen veintes, se aprenden muchas cosas, pero la forma de mantenerlo, que se vuelva cultura dentro de una organización es continuar con un proceso de team coaching que normalmente dura de 5 a 6 meses. Son sesiones de team coaching en aula, en las propias instalaciones de la empresa, una sesión al mes y eso es parte del modelo.

M.F.- Porque aquí se germina la idea, y como todo en esta vida es un proceso, necesita tiempo, espacio y que vayan cayendo los veintes en el momento.

Y el coaching asistido por caballos individual ¿cómo es?

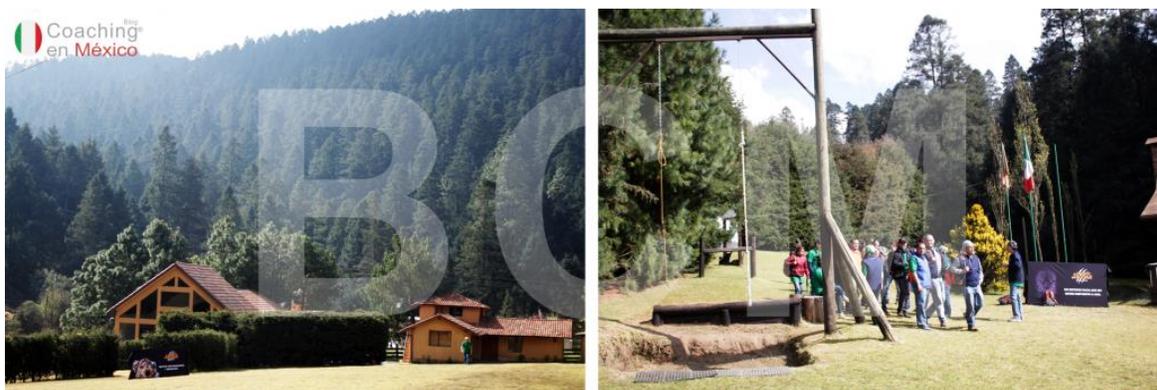


M.F.- El coaching individual asistido por caballos es más terapéutico, lo que yo hago es psicoterapia, eso sí es un proceso mucho más largo, es uno a uno, yo estoy con el paciente nada más, estamos con la manada y a la persona le voy pidiendo igual diferentes dinámicas, pero van ligadas una sesión con la otra, así que la persona es la que me va poniendo la pauta, la persona avanza conforme “van cayendo los veintes”, luego no caen en ese

momento, no es lo importante; a mí me pasó en una experiencia que un veinte me cayó un día levantándome de la cama que dije ya entendí, ya entendí el porqué. ***El proceso al final es como la persona vaya decidiendo y es mucho más largo, es un proceso psicoterapéutico. La mayor ventaja que yo veo en esto es la interacción con los caballos porque al final es mucho más rápido y como te decía, siempre escenifican lo que tienen que escenificar, toma unas posiciones que digo ¿ahora qué les pasó?***

En una ocasión, todos los caballos se pusieron en fila india y se quedaron quietos, pero sé que es algo que le representa al paciente o al cliente en este caso, entonces es desde la metáfora del paciente lo que se trabaja.

Platíquenos de su lugar, es maravilloso



E.F.- Krasiba significa belleza en ruso. Hace alusión al puente que tendemos entre la belleza del entorno y la belleza interior. Le llamamos una cucharada de paraíso, el campus es un sueño, estamos a veinticinco minutos de santa fe en medio del bosque rodeado de montañas, un riachuelo corre acá atrás seis meses del año y aquí llegamos, yo digo que la vida nos regaló esto, nos aventó por aquí ya hace 25 años, Krasiba nace hace 13, pero nace como una casa de campo, va creciendo, tomando forma y nace casi casi por generación espontánea. Esto es una ranhería, sigue siendo prácticamente virgen teniendo todas las bellezas, todas las maravillas de la montaña y el bosque, con la cercanía a la ciudad. De repente la gente piensa que es un hotel y pide

jacuzzi y habitaciones individuales y para nada, tenemos refugios con el concepto de un refugio de alta montaña donde podemos alojar hasta 70 huéspedes con litera y sleeping bag. Hay agua caliente y todos los servicios, incluyendo a un staff de cocina extraordinario, pero con ese concepto de contacto íntimo con la naturaleza, esa es una. Y dos, siempre estamos diseñando nuevos retos, nuevos espacios, rincones que nos permite mover lo que buscamos, remover, confrontar y enfrentar límites, cada quien busca y encuentra los propios (ideas, fobias, miedos, historias, narrativas).

Buscamos la confluencia del mundo del deporte extremo con la vida corporativa donde me desarrollé muchos años, con la parte académica.

Mi experiencia con el ala delta, la traduzco y la uno con el resto del staff, que son Melisa, con sus caballos, los demás son coaches, montañistas, rescatistas de alta montaña, buzos, espeleólogos, cada quién con una especialidad, y encontramos que a todos nos rige el mismo decálogo de la montaña que son los valores, los principios que nos hacen ir y venir, compartirlo y disfrutarlo, permitiendo que sea una experiencia intensa, vivencial y profunda. Hablamos aquí del trabajo en equipo, la planeación, la prudencia, el entrenamiento emocional, físico y técnico. Todo esto no se improvisa, no se puede decir que vamos a hacer cumbre hoy ni siquiera al Ajusco, tienes que considerar el momento, tu momento, el equipo, el manejo de cuerdas, fierros, etc. la escucha, la comunicación, todos estos elementos se coronan con algo que se llama pasión, si no lo haces con pasión la recomendación es: quédate a ver una buena película.



“Estamos convencidos y comprometidos con el modelo y creemos que estamos haciendo una diferencia”.

¿Algo que quieran compartir con la comunidad de coaching?

E.F.- Que estemos como comunidad abiertos a nuevas experiencias, a que nos sigamos retando, que no nos quedemos conformes con un modelo, abrir cada vez más los ojos, pasan muchas cosas alrededor de nosotros, es eso la flexibilidad, la elasticidad y la apertura, es eso a lo que yo invitaría a la comunidad.

Muchas gracias, no sin antes compartirles que es una extraordinaria experiencia.



<http://www.campokrasiba.com.mx>

Les dejamos algunas impresiones de participantes con los que tuvimos oportunidad de compartir esta experiencia.



Alfonso Zarpa:

¿Qué te dejó el ejercicio?

“Pues mucho aprendizaje de confianza, de cómo puedes comunicarte sin hablar y realmente como tener una buena comunicación con tu equipo, encontrar maneras alternas.”

¿Cómo va la emoción?

“Muy bien, sobre todo los ejercicios son “muy padres”.”

El momento más interesante de los ejercicios:

“Yo creo que cuando te tienes que agachar y agachar a todo el equipo y que te sigan yo creo que es la parte más complicada, vencer los obstáculos, cuando vas con la cuerda y tienes nada

más que subir escalones no hay tanto problema, lo interesante viene cuando hay que pasar encima o debajo de algo, es lo más retante.”

¿Qué le recomiendas a quien tiene duda?

“Que vengan a probarlo.”



Mariana Dimber:

¿Qué te pareció el ejercicio?

“Muy emocionante, pero a la vez muy retador. Es como romper tus mismas barreras, crear una sinergia en el equipo y darte cuenta de lo que eres capaz de hacer. Me siento con mucha fuerza, mucha energía con ganas de explotar todo lo que somos capaces de realizar. Creo que es una experiencia, aunque extrema, te ayuda a darte cuenta de lo que eres capaz y romper miedos.”

¿Algo más que quieras comentar a quien lea esto?

“Recomendarles que vengan a vivirlo, que es una experiencia única, que no te vas vacío, siempre te llevas algo que te va a servir para enfrentarlo afuera.”



Iván González:

¿Qué te dejó el ejercicio?

“Muchos aprendizajes, trabajar en equipo confiar en el que viene adelante y apoyar al que viene atrás, que eso lo tenemos

que aplicar también en la empresa. La emoción al máximo, al 100%.”

El momento más significativo de este ejercicio para ti:

“Yo creo que fue cuando terminamos, fue un gozo y un triunfo.”



Silvia Guevara:

Nos regalas unas palabras acerca de tu experiencia:

“Fue muy agradable, una gran experiencia conocer a los caballos, cómo se comportan y como con una actitud de cortesía de amabilidad, ellos también pueden percibir cariño de nosotros y ceder más pronto. Inclusive yo venía un poquito tensa y ahorita ya salgo más relajada.”

“Lo recomiendo ampliamente.”



Sheila Medina:

Cuéntanos tu experiencia:

“Fue una experiencia nueva, jamás había estado en ese contacto con ellos pero me llevo el entender que muchas veces queremos que los animales tienen que aguantar lo de todos y no es así, tienen un cuerpo y una decisión, y la tenemos que entender y respetar.”