

Entorno personalizado de aprendizaje a través del modelo de coaching ecológico

Personalized learning environment through the ecological coaching model

Guadalupe Villalobos Monroy, René Pedroza Flores
gvillalobosm@uaemex.mx, renebufi@yahoo.com.mx

Centro de Investigación Multidisciplinaria en
Educación (CIME)
Universidad Autónoma del Estado de México
Toluca, México.

Resumen- En la actualidad se enfrenta una crisis ambiental de dimensiones colosales en la historia de la humanidad: calentamiento global, cambio climático, destrucción de la biodiversidad, entre otros fenómenos. Se presenta una propuesta novedosa de formación personalizada. El coaching ecológico es un modelo didáctico de la comunicación humana, cuyo propósito es dotar a las personas de una serie de estrategias encaminadas a la toma de conciencia ambiental y a la responsabilidad planetaria para contribuir con propuestas hacia la conformación de un planeta sostenible, considerándolo como la casa común de todas las especies que lo habitan. Con estas estrategias se intenta formar líderes ecológicos capaces de emprender y empoderar a otras personas como agentes sociales del cambio ecológico.

El modelo propone estrategias de contenido original, diseñadas para el desarrollo del coach y el coachee en los diferentes ecosistemas en los que están integradas sus vidas. Dichos ecosistemas son: individual, familiar, social, capitalista y planetario.

Palabras clave: *aprendizaje, ecología, entorno personalizado, modelo.*

Abstract- Today we are facing an environmental crisis of colossal dimensions in the history of humanity, global warming, climate change, deforestation, acidification of oceans, among other phenomena. A novel proposal for personalized training is presented. Ecological coaching is a didactic model of human communication, whose purpose is to provide people with a series of strategies aimed at environmental awareness and planetary responsibility to contribute to the construction of a sustainable planet, considering it as the common home of all the species that inhabit it. With these strategies we try to form ecological leaders, undertake and empower the person as a social agent of ecological change.

The model proposes strategies of original content, designed for the development of the coach and the coachee in the different ecosystems in which their lives are integrated. These ecosystems are: individual, family, social, capitalist and planetary.

Keywords: *learning, ecology, custom environment, model*

1. INTRODUCCIÓN

En los años 70's del siglo pasado, surgió el coaching en el aspecto mental del deporte, esta idea se retomó como elemento importante para mejorar el desempeño laboral y personal de los individuos al empoderar y desarrollar el liderazgo encaminado al logro de metas individuales.

Los principales antecedentes del coaching los ubicamos en Gallwey (1974), como base importante de la incipiente psicología del deporte para atender el aspecto mental del rendimiento del deportista de tenis. En 1972 destaca la propuesta de la psicología humanista de Carl Rogers, centrada en el crecimiento de la persona; desde los años 50, estuvo presente la relación entre motivación y personalidad de Maslow (1954), así como los rasgos de la personalidad de Allport (1970), y en México el desarrollo del potencial humano de Lafarga (1978).

Gallwey buscaba encontrar la armonía o conexión entre la mente y el cuerpo, lo consideraba necesario debido a que "Los deportistas quieren conectar la mente con el cuerpo porque un desempeño perfecto requiere la sincronización de millones de fenómenos musculares y nerviosos" (Gallwey, 1974, p. 10).

Para lograr la conexión entre mente y cuerpo se requiere realizar un trabajo personal del deportista (coachee) con ayuda de un entrenador (coach), se ubica en la capacidad del juego interior, entre la mente consciente y la mente inconsciente del jugador (coachee), es decir, se trata de activar al mismo tiempo sus dos hemisferios cerebrales para conectar lo racional con lo emocional.

Estos aportes se trasladaron a otros ámbitos de la vida de las personas con el fin de lograr un crecimiento personal a partir de descubrir y desarrollar sus potencialidades. Se trata de un proceso, de un entrenamiento con la ayuda de un coach de vida, en el que éste pone en juego sus conocimientos de psicología de la vida y el coachee trabaja su juego interior a partir de lo que le favorece y lo que le obstaculiza, va construyendo y desarrollando su persona.

El coaching ha evolucionado como una disciplina que busca potenciar el desarrollo humano, tanto a nivel personal como profesional. Sin embargo, en un mundo cada vez más consciente de los desafíos ambientales y sociales, surge la necesidad de integrar una perspectiva ecológica y sostenible en este proceso. El modelo que aquí se presenta propone un enfoque innovador que combina herramientas tradicionales de coaching con principios de sostenibilidad, responsabilidad ambiental y conciencia colectiva.

Este modelo se contextualiza en el escenario global marcado por la crisis climática, la desigualdad social, el consumismo desmedido y la desconexión del ser humano con su entorno, el

coaching tradicional se queda corto al no abordar estas problemáticas de manera integral. El Coaching Ecológico se presenta como una herramienta esencial para fomentar la conciencia ambiental, la responsabilidad social y la sostenibilidad, por lo tanto, no solo beneficia a los individuos, sino que también contribuye al bienestar colectivo y a la preservación de los ecosistemas.

El modelo de coaching ecológico se sustenta en:

- Enfoque sistémico: Considera la interconexión entre los diferentes ecosistemas (individual, familiar, social, capitalista y planetario).
- Estrategias prácticas: Ofrece 30 estrategias específicas, seis por cada ecosistema, diseñadas para fomentar el cambio sostenible.
- Proceso de reflexión-acción: Promueve la autorreflexión, el autoconocimiento y la toma de decisiones conscientes.
- Enfoque holístico: Integra aspectos emocionales, cognitivos, sociales y ambientales en el proceso de coaching.

2. CONTEXTO Y DESCRIPCIÓN

El coaching ecológico retoma los planteamientos de propuestas anteriores, pero, aporta una visión holista de conexión profunda del individuo con su propio ecosistema, con su ecosistema familiar, social, capitalista y planetario. Los principios que inspiran el modelo son los siguientes: (Pedroza, et al 2024, p. 32)

- a) Respeto y cuidado del medio ambiente.
- b) Valoración, preservación y generación de la diversidad cultural.
- c) Acceso equitativo en todos los ámbitos de la sociedad.
- d) Priorización de la identidad y equidad de género.
- e) Consciencia y responsabilidad en el consumo.
- f) Fomento de la solidaridad y la empatía.
- g) Promoción de la educación para la sostenibilidad.
- h) Participación ciudadana y democracia participativa.
- i) Cumplimiento de los derechos humanos incluyendo los derechos de la Tierra.
- j) Promoción de la economía local y sostenible.
- k) Apoyo a la salud y el bienestar de la vida.
- l) Respeto y protección de los seres sintientes.
- m) Fomento del diálogo intercultural.
- n) Responsabilidad en el uso de la tecnología.
- o) Respeto a la vida en todas sus formas.
- p) Promoción de la paz y la justicia.
- q) Ética planetaria en la revinculación entre humanidad y naturaleza.
- r) Lucha contra la discriminación y la exclusión.
- s) Fomento de la creatividad y la innovación con sostenibilidad.
- t) Cultivo de la espiritualidad y la conexión con la naturaleza.
- u) Construcción de un mundo rehumanizado”.

A partir de estos principios, el modelo coaching ecológico tiene los siguientes objetivos:

- Promover la conciencia ambiental.

- Fomentar en los individuos una comprensión profunda de su relación con los ecosistemas y su impacto en el planeta.
- Desarrollar habilidades para el cambio sostenible.
- Brindar herramientas y estrategias para que las personas puedan transformar sus hábitos y contribuir a la preservación del medio ambiente.
- Abordar de manera integral los ecosistemas individual, familiar, social, capitalista y planetario, reconociendo su interconexión.
- Fomentar la rehumanización.
- Promover valores como la empatía, la solidaridad y la responsabilidad colectiva para construir una sociedad más justa y sostenible.

La propuesta se enmarca en el Decenio de las Naciones Unidas sobre la Restauración de los Ecosistemas (2021-2030), un periodo crucial para revertir el daño ambiental y promover prácticas sostenibles. Está dirigido a:

- Coaches y profesionales del desarrollo personal que buscan integrar la sostenibilidad en sus prácticas.
- Educadores y formadores interesados en promover la conciencia ambiental en sus estudiantes.
- Líderes empresariales y organizacionales que deseen implementar prácticas sostenibles en sus empresas.
- Público en general, personas comprometidas con el cuidado del planeta y dispuestas a transformar sus hábitos de vida.

A. Ecosistemas que integran el modelo

Los ecosistemas que integran el modelo son: individual, familiar, social, capitalista y planetario, a continuación, se describen de manera breve.

- Ecosistema Individual.

Descripción: Se refiere a la red de relaciones, hábitos, pensamientos, emociones y contextos que influyen en el desarrollo personal.

Proceso de intervención del coach con el coachee: Infundir seguridad a través de la empatía y la motivación, aplicación de la reflexión e introspección para la toma de decisiones conscientes.

Estrategias: Establecimiento de metas personales, escucha activa, realizar preguntas poderosas, autoconocimiento, fomentar la reflexión.

Aporte: Sensación de autoeficacia, bienestar ecoemocional, ecoplanetario y socioafectivo. Mejora la autoestima y la autoconsciencia planetaria.

- Ecosistema familiar.

Descripción: Se refiere a la dinámica y a las relaciones entre los miembros de una familia y su interacción con el entorno.

Proceso de intervención del coach con el coachee: Establecer límites claros y saludables en la familia,

con el medio ambiente y la sociedad. Establecer la comunicación asertiva para la solución de conflictos. Estrategias: Feedback Constructivo, Impulsar la toma de decisiones, sintonía familiar, espejo reflejo, brecha de aprendizaje y niveles de comunicación, Teoría U.

Aporte: Fortalecimiento de las relaciones familiares para el bienestar colectivo y la producción de cultura sostenible, ecológica y planetaria.

- Ecosistema social.

Descripción: Se refiere a la red de relaciones, instituciones, normas y dinámicas que conforman el entorno en el que las personas interactúan.

Proceso de intervención del coach con el coachee: identificar cómo sus decisiones y comportamientos influyen en su comunidad y en el medio ambiente. Identificar como la cultura, la naturaleza, las formas de convivencia y la ética social, inciden en las personas.

Estrategias: Cuestionamiento de Creencias de la Identidad y Diversidad Sexual, Dibujo Ciego sobre Injusticias Sociales, Diferencial Semántico del Conflicto Social, Distorsiones Colectivas en la Política, Cambio de la Visión Catastrófica de la Sociedad, Escala de Inferencias sobre la Violencia de Género.

Aporte: Favorece la protección de la naturaleza, adoptar un estilo de vida social y económico sostenible y sustentable para lograr el trabajo colaborativo basado en la creatividad y la innovación para encontrar soluciones ecológicas a problemas identificados en la comunidad.

- Ecosistema capitalista.

Descripción: Se distingue por la interacción de diversos actores, como empresas, consumidores, gobiernos y mercados financieros, que operan dentro de un marco de reglas y normativas.

Proceso de intervención del coach con el coachee: Identificar el uso irracional de los recursos naturales y las prácticas depredadoras que dañan las distintas formas de vida en la tierra. Reflexionar acerca de las injusticias, las formas de consumo y la desigualdad social presentes en el capitalismo.

Estrategias: Sombreros de pensar la pobreza en el capitalismo, estrategia Disney sobre el consumismo hedonista del capitalismo, fotos sociales para prevenir la delincuencia, jerarquía de valores de las limitaciones del individualismo capitalista, la línea de la desigualdad social en el capitalismo.

Aporte: Lograr cambios de mentalidad y en las practicas económicas del capitalismo para lograr un desarrollo sostenible basado en la equidad.

- Ecosistema planetario:

Descripción: Se refiere al conjunto de sistemas interconectados que permiten la vida en la Tierra. Incluye la atmósfera, la hidrósfera, la geósfera y la

biósfera, que interactúan de manera dinámica para mantener el equilibrio ecológico.

Proceso de intervención del coach con el coachee: Explorar y potenciar la relación entre el individuo y el planeta, reflexionar acerca de cómo los aspectos biológicos, psicológicos, políticos, económicos, sociales, culturales influyen en la identidad y comportamiento de una persona.

Estrategias: Sociograma para el cuidado del planeta, tetragrama costos y beneficios del cuidado del agua, matriz de querer y poder para impedir, la contaminación ambiental, método Merlín para conservar la biodiversidad, la metáfora para superar el calentamiento global, proyecto de vida

Aporte: Concienciar a la población sobre la necesidad de preservar el medio ecológico y de actuar de manera consciente y coherente con los principios de sostenibilidad planetaria.

B. Metodología del modelo

Objetivo general: aportar una serie de estrategias encaminadas a la formación de líderes ecológicos que contribuyan a la toma de conciencia ambiental de otras personas y a la responsabilidad para la conformación de un planeta sostenible considerándolo como la casa común de todas las especies que lo habitan.

Supuesto de investigación: el coaching ecológico es un modelo de formación *face to face*, para intervenir en los comportamientos y acciones de la persona, familia y sociedad con respecto a las relaciones con la naturaleza, pequeños cambios conducen a grandes cambios en materia del cuidado del planeta.

La metodología del modelo es integral, gira en torno a 4 ejes:

- Autoconciencia ecológica: Reconocer la interdependencia entre el ser humano y su entorno.
- Responsabilidad colectiva: Fomentar acciones que benefician a la comunidad y al planeta.
- Sostenibilidad emocional: Equilibrar el bienestar personal con el cuidado del medio ambiente.
- Acción transformadora: Implementar cambios concretos en la vida cotidiana y profesional.

Estos pilares se articulan a través de un proceso de coaching que incluye sesiones individuales y grupales, talleres vivenciales y proyectos comunitarios.

C. Técnicas y tecnologías

Para la aplicación de las distintas estrategias mencionadas en cada uno de los ecosistemas se recurre a técnicas y tecnologías específicas, sin embargo, por razones de espacio, solo se describen algunas que destacan y se aplican en todos los ecosistemas.

- Ecopsicología: Técnicas que conectan al individuo con la naturaleza para fomentar la reflexión y el autoconocimiento. Por ejemplo, salir al campo y contemplar las diferentes especies presentes, anotar las

sensaciones y percepciones relacionadas con el bienestar (ruidos, olores, colores, etcétera).

- Dinámicas colaborativas: Actividades grupales que promueven la responsabilidad colectiva y la construcción de redes de apoyo. Por ejemplo, organizar campañas de limpieza para evitar la contaminación ambiental, colocando contenedores para la basura, entre otras acciones.
- Herramientas digitales: Plataformas en línea para medir el impacto ambiental de las acciones personales y organizacionales. Por ejemplo, consultar sitios como ClimateHero que ayuda a calcular el impacto ambiental con respecto al consumo, cuando viajamos y en la casa.
- Mindfulness ecológico: Prácticas de atención plena enfocadas en la conexión con el entorno natural. Se basan en la respiración profunda acompañadas de meditación acerca de la relación del hombre con la naturaleza y movimientos del cuerpo.

3. RESULTADOS

Debido a que el modelo de coaching ecológico es reciente, aún no existen resultados en cuanto a su impacto, sin embargo, aún sin haberse aplicado aporta los siguientes beneficios.

- A nivel individual: Mayor conciencia ambiental, bienestar emocional y sentido de propósito.
- En organizaciones: Reducción de impactos ambientales, mejora en la cultura organizacional y mayor compromiso social.
- En comunidades: Fortalecimiento de redes colaborativas, proyectos sostenibles y mayor resiliencia ante crisis ambientales.
- El Coaching Ecológico no solo transformará a las personas, sino que también contribuirá a la construcción de un futuro más sostenible.

4. CONCLUSIONES

El Coaching Ecológico representa un avance significativo en la evolución del coaching como disciplina. Al integrar principios de sostenibilidad y responsabilidad ambiental, este enfoque

ofrece una respuesta holística a los desafíos del siglo XXI. La propuesta no solo proporciona herramientas prácticas para coaches y líderes, sino que también inspira a repensar nuestra relación con el planeta y con los demás.

En un mundo que clama por soluciones integrales, el coaching ecológico se posiciona como una práctica esencial para fomentar el desarrollo humano en armonía con la naturaleza. Su adopción no solo beneficiará a individuos y organizaciones, sino que también contribuirá a la preservación del planeta para las generaciones futuras.

Es un modelo innovador que se caracteriza por considerar la articulación entre sociedad-naturaleza, con una visión holista al incluir las dimensiones: personal, familiar, social, sistema económico y planeta. Son dimensiones transdisciplinarias en las que se desarrolla la formación de los líderes ecológicos en la preservación del planeta.

La evaluación del modelo es inédita porque considera rúbricas en el proceso de formación de los líderes ecológicos, con base en indicadores relacionados a las técnicas mencionadas. Esto significa que la evaluación es dinámica se hace con base en el registro de cambios de comportamiento y acciones, por ejemplo, una cuestión positiva de cambio es el registrar en la persona o en la familia acciones de reciclado de sus residuos, acciones que no se realizaba antes. Este tipo de situaciones es la forma que se realiza la evaluación del modelo.

REFERENCIAS

- Allport, G. (1970). *La personalidad: su configuración y desarrollo*. Paidós.
- Gallwey, T. (1974). *El juego interior del tenis*. Editorial Sirio.
- Lafarga, J. y Gómez, J. (1970). *Desarrollo del potencial humano*. Editorial Trillas.
- Maslow, A. (1954). *Motivation y Personality*. Harper & Row, Publi-shers.
- Pedroza Flores, R., Reyes Fabela, A. M., & Villalobos Monroy, G. (2024). *Coaching Ecológico: Salvemos juntos al planeta*. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Rogers, C. (1972). *El proceso de convertirse en persona. Mi estrategia terapéutica*. Paidós.