

Reflexiones Ontológicas

El Observador CMG



“El padre que soy depende del observador que he aprendido a ser”

Por Alejandro Cuellar
Coach Ontológico y Organizacional
CMG Consultores

Cuando nacieron mis hijos, pensé que mi responsabilidad consistía en enseñarles, protegerlos y prepararlos para el mundo. Con el tiempo descubrí que, mientras intentaba educarlos a ellos, la vida estaba haciendo algo mucho más profundo: me estaba educando a mí.

La paternidad me ha regalado momentos de inmenso amor: esos abrazos espontáneos, las risas compartidas, las conversaciones que nacen sin prisa y que llenan el corazón. Son instantes que me recuerdan por qué vale la pena cada esfuerzo.

Pero también he vivido conflictos.

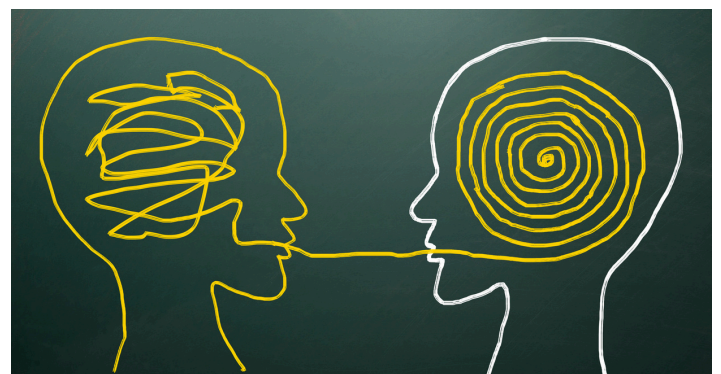
Momentos en los que el cansancio habló antes que la paciencia; situaciones en las que confundí autoridad con control o en las que reaccioné antes de comprender lo que realmente estaba ocurriendo.

Durante mucho tiempo pensé que el desafío estaba en cambiar ciertas conductas de mis hijos. Sin embargo, el coaching ontológico me permitió descubrir algo que transformó mi manera de vivir la paternidad.

El verdadero cambio comenzó cuando empecé a observarme.

Comprendí que no reaccionaba únicamente a lo que mis hijos hacían, sino a la interpretación que yo construía sobre sus acciones.

En coaching ontológico llamamos a esto «el observador».



Reflexiones Ontológicas

El Observador CMG

Esta comprensión cambió muchas de mis conversaciones.

Cuando uno de mis hijos desobedecía, dejé de preguntarme únicamente: «¿Cómo hago para que me obedezca?».

Comencé a preguntarme:

- ¿Qué estoy viendo que quizás no está ocurriendo realmente?
- ¿Qué emoción está guiando mi respuesta?
- ¿Qué necesita mi hijo de mí en este momento?

Esas preguntas no solucionaron todos los conflictos, pero sí cambiaron mi manera de estar presente en ellos.

Descubrí que muchas veces nuestros hijos no necesitan respuestas perfectas; necesitan un padre dispuesto a escucharlos, a reconocer cuando se equivoca y a seguir aprendiendo junto a ellos.

Hoy entiendo que la paternidad no consiste en criar hijos perfectos. Consiste en convertirnos, día tras día, en personas más conscientes.

Cada dificultad se transforma en una invitación a revisar nuestras creencias.

Cada conversación difícil puede convertirse en una oportunidad para fortalecer el vínculo.

Cada error puede ser el inicio de un aprendizaje compartido.

Como coach ontológico, acompaño a muchas personas en sus procesos de transformación.

Como padre, sigo aprendiendo todos los días.



Y quizás esa sea la enseñanza más importante que puedo compartir: nuestros hijos no esperan que lo sepamos todo. Esperan que estemos presentes, que los miremos con amor y que tengamos la humildad de cambiar cuando sea necesario.

Porque cuando cambia el observador, cambia la conversación.

Cuando cambia la conversación, cambia la relación.

Y cuando cambia la relación, comienza una nueva forma de vivir la paternidad.

Si esta reflexión resonó contigo, te invito a regalarte unos minutos para mirar hacia adentro.

Tal vez el próximo gran cambio en la relación con tus hijos no empiece por corregirlos a ellos.

Tal vez empiece por descubrir un nuevo observador en ti.