

Pensamiento útil

El pasado se interpreta, el presente se descubre y el futuro se diseña.

¿Qué es y cómo funciona?

Primero diferenciamos entre el Pensamiento Útil y el Proceso de asesoramiento.

El pensamiento útil es una filosofía de pensamiento diseñada para:

- Descubrir, generar y gestionar un pensamiento propio que permita actuar acorde a las motivaciones y necesidades de cada uno.
- Alinear lo que se quiere y lo que se hace.
- Desbloquear situaciones de indecisión o contradicción interna.
- Aprender útilmente de lo sucedido.
- Descubrir las motivaciones auténticas.
- Generar ideas que movilicen.
- Cambiar pensamientos bloqueantes.
- Aceptar lo que es, planificar y actuar.
- Adelantar y gestionar diferentes resultados.
- Conocerse para actuar en consecuencia.
- Planificar el futuro de acuerdo a un plan de acción coherente con cada uno.

El proceso son conversaciones con un profesional que ayudan a desarrollar el pensamiento útil. Se caracterizan porque:

- No guían al usuario sino que facilitan que se mueva hacia donde realmente quiere.
- Siguen una metodología profesional orientada al descubrimiento y la acción.
- Buscan ser útiles desde el primer día.
- No son terapia.

Esta combinación ofrece estos beneficios:

- Potencia la capacidad de análisis
- Fomenta el pensamiento propio, personal y útil.
- Ayuda a encontrar nuevas formas de enfocar situaciones, aclarar objetivos y gestionar los recursos realistas.
- Ayuda a las personas a conocerse e identificar sus motivaciones.
- Genera un aprendizaje que perdura y sirve para todas las facetas de la vida.

Más sobre el proceso

Está compuesto por **conversaciones** programadas y realizadas por internet, teléfono o en persona.

En estas sesiones, mi trabajo será **estimular el razonamiento** y la reflexión. Tú te encargarás de identificar lo que te motiva o limita, yo te ayudaré **sin emitir opiniones** ni juicios y tú decidirás qué es relevante.

El proceso comienza con una conversación sobre tus **intereses e inquietudes** y, a partir de ahí, seré el responsable de ver qué puede haber bloqueante en lo que expresas o qué información no ha salido aún a la luz. Por medio de preguntas te acompañaré a que dejes salir tus respuestas, tus decisiones y tus motivaciones.

Trabajaremos sobre la estructura de tu discurso sin entrar a resolver tu situación, esa es misión sólo tuya. Yo no te asesoro sobre cómo resolver el problema, yo te ayudo a encontrar un enfoque que te sea útil y te movilice.

Aplicaré un método de indagación que te permite cuestionarte lo que sabes, descubrirte, buscar nuevas opciones y cambiar tu punto de vista para encontrar respuestas y desbloquear el acceso a los recursos personales y profesionales.

Realismo

Las metas no se alcanzan sólo con desearlo y los problemas no desaparecen sólo por querer que no estén.

A la hora de estructurar el pensamiento, consideraremos que las cosas malas suceden, los problemas aparecen y no van a desaparecer sólo por pensar que no están ahí.

Las situaciones se deben tener en cuenta y luego seguir adelante.

Resultados

Queremos obtener **resultados palpables** que puedas percibir sin necesidad de hacer actos de fe. El método está basado en experiencias auténticas y **técnicas probadas** en el mundo del deporte de alto rendimiento y los directivos de grandes empresas. Es un sistema de conversación que **debe remover la mente** y tú debes sentirlo así.

El sistema debe serte útil desde las primeras sesiones, sin o es así, no es lo que necesitas.

Habrás algunas sesiones más productivas que otras. Lo habitual es que al finalizar, hayas avanzado en alguno de estas áreas:

- Conocimiento y autodescubrimiento (Qué, quién, cómo eres)
- Valores y motivaciones (Dónde quieres ir, qué te anima)
- Recursos personales (Qué habilidades propias te acercan a tu meta)
- Opciones y alternativas (Qué podrías llegar hacer o cómo podrías actuar)
- Elección (de alguna de las alternativas)
- Acción (Tareas concretas para realizar antes de la siguiente sesión)

Más sobre pensamiento útil

El Pensamiento Útil es una nueva **estructura de pensamiento** que desbloquea tu mente.

Es un modo de estructurar las ideas que permite encontrar alternativas de pensamiento que sirven a cada individuo de forma diferente.

Explico más en detalle su contenido en la web, los talleres y los libros.

No se trata de pensar más sino de pensar diferente y mejor. Si estás bloqueado o atascado, existen técnicas que te ayudarán a desarrollar nuevas visiones que te movilizarán.

Puedes leer más sobre este concepto en estos artículos:

- [Pensamiento útil frente a positivismo](#)
- [Por qué los porqués bloquean](#)
- [¿Te culpas o aprendes?](#)
- [¿De qué hablo con tus hijos?](#)

El acuerdo previo

Este documento contiene las pautas básicas del proceso entre Carlos Melero y el usuario, te animo a que lo leas y me confirmes si estás de acuerdo o quieres cambiar algo.

El usuario es la persona que asiste a las sesiones, indistintamente de si el pago lo hace un tercero, los padres o una empresa.

Método de trabajo

El proceso consta de varias sesiones o conversaciones. Estas conversaciones podrán ser presenciales, telefónicas o por ordenador. Durante las sesiones, dirigiré la estructura de la conversación de forma que tú respondas a las preguntas con el fin de hacer aflorar **tus propias conclusiones y decisiones**.

Puede ser que te fijes tareas a realizar entre una sesión y la siguiente, tanto esta como cualquier otra decisión tomada dentro del marco del proceso será siempre resultado de **tu compromiso**.

Las conversaciones: Tendremos conversaciones directas y personales. Seré sincero y claro a la hora de hacer preguntas y peticiones, esperando la misma sinceridad de ti. Si hay algo que te gustaría cambiar de las conversaciones, te animo a compartirlo para que la relación sea lo más provechosa posible.

Duración del proceso: La duración del proceso se puede acordar o dejar abierta. Necesitamos construir una relación estrecha y de confianza, por lo que el podrás detener el proceso sin necesidad de exponer un motivo objetivo y sin perjuicio económico.

Te comento algunas posibilidades basadas en casos anteriores, por si te sirven de referencia:

- Procesos de **uno o dos meses**. Como toma de contacto o desbloqueo de una situación personal muy concreta.
- Procesos de **cuatro meses** para objetivos de desbloqueo más complejos o cuando el usuario quiere un acompañamiento inicial.
- Procesos de **seis meses** con sesiones más espaciadas para desarrollo de habilidades profesiones.
- Procesos **abiertos** para el acompañamiento en un contexto complejo o personas que quieren aplicar el pensamiento útil en un entorno de resistencia interna.

Logística de las sesiones

Las sesiones tendrán una duración aproximada de una hora, aunque podría haber pequeñas variaciones dependiendo del ritmo de las mismas.

Sesiones telefónicas, skype: Fijaremos un día y una hora para las sesiones y esperaré tu llamada.

Sesiones presenciales: Previo a comenzar el proceso, acordaremos el lugar de las sesiones. El anfitrión (tú o yo) garantizará que el lugar sea adecuado para mantener una conversación tranquila y sin interrupciones.

Podrás cancelar una sesión siempre que lo hagas con una antelación mínima de 24 h. De no ser así se perderá esa sesión sin derecho a abono de la misma.

La puntualidad es importante en todos los sentidos. Adelantar o retrasar una sesión, puede afectar a otras personas.

Menores

Cuando el usuario es menor de edad, algunas decisiones deberán tomarse de común acuerdo con los padres o tutores.

- Duración del proceso
- Horario y citas
- Precio y forma de pago

No habrá comunicación entre los padres y Carlos Melero que hagan referencia al proceso más allá de las cuestiones formales indicadas.

El contenido de las sesiones será **totalmente confidencial**, dentro de lo que la ley permita. En el caso de que existan dudas sobre este asunto, nos informaremos conjuntamente sobre el límite legal de la confidencialidad.

En el acuerdo de confidencialidad que incluyo al final hay más información al respecto.

En un documento separado enviaré a los padres la filosofía de las conversaciones.

Referente a la confidencialidad

En tanto que las dos partes, para su mutuo beneficio, podrían haber intercambiado o intercambiarán en un futuro información de carácter confidencial y desean proteger esta información en el modo que se describe en el presente acuerdo,

ACUERDAN:

1. Definiciones

1.1. 'Propósito' se referirá a todo tipo de discusión o negociación entre o con las partes que conciernen o mantengan relación con el negocio o la vida privada del cliente.

1.2. 'Información confidencial' se referirá a cualquier información o datos relativos al cliente o al desempeño del asesor o asuntos personales revelados de forma escrita u oral o de cualquier otro modo entre las dos partes durante las conversaciones propias de la relación de asesoramiento, bien sea antes o después de la firma del presente acuerdo. Quedarán excluidos en este apartado los datos o informaciones que:

1.2.1. Son de conocimiento común, sin perjuicio de lo acordado por la parte receptora.

1.2.2. Aquello que la parte receptora pueda demostrar que (a) estaba en posesión o conocimiento a través de ficheros grabados, bien de ordenador u otros sistemas, previo a la información transmitida por la parte emisora y que no fue adquirido por la parte receptora de la parte emisora bajo indicación de confidencialidad (b) que ha sido desarrollado para o por la parte receptora al margen de la información desvelada por la parte emisora, o aquella información de que dispone la parte receptora obtenida por una fuente ajena a la parte emisora, sin que ello suponga por la parte receptora o dicha fuente ninguna obligación de confidencialidad hacia la parte emisora, o su revelación por la parte receptora con la autorización previamente firmada por escrito por la parte emisora.

2. Tratamiento de la información confidencial

La parte receptora de la información mantendrá la información confidencial de la otra parte en confidencia y tomará como mínimo aquellas medidas de seguridad y cuidado de la información que ella misma aplica para su propia información confidencial, con el fin de que la parte receptora garantice una adecuada protección de la información contra copias o usos no autorizados. Las copias o reproducciones no se realizarán a excepción de las necesarias para el desarrollo del "Propósito", y todas las copias serán propiedad de la parte emisora. Toda información confidencial y sus copias se devolverán a la parte emisora en los 30 días siguientes a la recepción de una petición escrita de la parte emisora.

3. Limitaciones y garantía

La parte receptora deberá

1. No divulgar la información confidencial de la otra parte en parte o en su conjunto,

2. Utilizar dicha información únicamente para el “Propósito”, y
3. No hacer uso de la información confidencial de ninguna de las partes sin el consentimiento previo de la parte afectada, a excepción de lo indicado en la presente cláusula.

Cada parte garantiza su derecho a desvelar su propia información confidencial a la otra parte y a autorizar o no el uso de la misma para el “Propósito”.

Ciertos temas pueden ser anónima e hipotéticamente compartidos con otros profesionales del coaching por motivos de formación o consulta profesional.

Carlos Melero utiliza lo que experimenta y observa para aprender y divulgar ese aprendizaje. Ya que las personas suelen enfrentarse a situaciones comparables a las vividas por otras, el cliente comprende que puede sentirse identificado con algunas publicaciones cuando estas describan contextos similares a los propios, sin que esto se considere una violación del acuerdo de confidencialidad.

4. Exenciones

Este acuerdo no aplicará los siguientes casos:

1. Cuando la información implicara la toma de conocimiento de un delito.
2. Cuando la divulgación de la información pudiera evitar la condena de un inocente o el perjuicio actual y continuado de un tercero.

5. Menores de edad

Cuando las conversaciones se realicen con menores de edad, se considerará como cliente a la persona que participa en las conversaciones y se mantendrá el mismo nivel de confidencialidad que en cualquier otro caso.

El adulto que promueve el proceso no recibirá información sobre el contenido de las conversaciones, excepto en aquellos puntos que la ley así lo indique.

La firma de este documento confirma la aceptación de las condiciones de confidencialidad por parte de todos los involucrados:

Indicar en cada caso: nombre, DNI y relación con el proceso.