

# La Teoría U - Otto Scharmer

## ¿Qué es la Teoría U?

La Teoría U, desarrollada por Otto Scharmer en el MIT, es un enfoque de liderazgo, innovación y transformación social profunda. Su objetivo es ayudar a personas, organizaciones y comunidades a afrontar desafíos complejos mediante un proceso de cambio consciente y participativo.

Esta teoría propone un viaje en forma de "U", donde los líderes y equipos atraviesan cinco etapas clave para dejar atrás patrones antiguos y dar paso a nuevas posibilidades que emergen desde un nivel más profundo de conciencia.

## Las 5 etapas de la Teoría U

### 1. Co-iniciar

Crear un espacio de escucha profunda entre los actores involucrados para comprender necesidades, aspiraciones y propósitos comunes.

### 2. Co-sensar

Observar la realidad desde diferentes perspectivas. Se busca ver el sistema completo, identificar patrones y dinámicas ocultas.

### 3. Presenciar

Conectar con la fuente interior de inspiración y sabiduría. Esta etapa central es clave para permitir que emerja un futuro auténtico, no basado en el pasado.

### 4. Cristalizar

Formar una visión clara, compartida y concreta del futuro deseado, basada en lo que emergió en la etapa anterior.

### 5. Prototipar y Co-evolucionar

Pasar a la acción mediante la experimentación rápida. Se crean prototipos y se ajustan continuamente con la colaboración de otros actores del sistema.

# La Teoría U - Otto Scharmer

## **Presenciación: El corazón del proceso**

El concepto de presenciación (del inglés presencing) es central en la Teoría U. Es una combinación de:

- Presencia: estar completamente consciente del aquí y ahora.
- Sentir: abrirse emocional y sensiblemente al futuro que busca emerger.

Presenciar es permitir que ese futuro posible se conecte con nosotros antes de tomar forma externa. Es un acto de liderazgo desde la escucha profunda y el propósito.