



PROGRAMA DE ESPECIALIZACIÓN

Coaching para Docentes

Auto-Descubrimiento y
COMUNICACIÓN

1. INTRODUCCIÓN

La ciencia ha demostrado que el cerebro aprende de maneras muy diferentes que solo escuchando y viendo al docente exponer. La neurología está empujando un cambio de paradigma que transformará la educación en los próximos años.

Uno de los descubrimientos más importantes en el proceso de aprendizaje, es la necesidad de reflexión sobre los conocimientos adquiridos para una aplicación práctica e inmediata de la nueva información.

Por esta razón, el coaching, como el arte de hacer preguntas poderosas que estimulen la reflexión, se ha convertido en una herramienta metodológica que se viene aplicando al entorno educativo con más frecuencia. Estimula los procesos cognitivos en el estudiante, acompaña procesos de cambio y desarrollo para llevarnos de un estado presente a un estado deseado futuro. Basado en una relación de confianza, se puede

desarrollar el talento y potencial del estudiante, no solo en el entorno académico, sino también, y más importante, en su vida personal.

El coaching en el contexto educativo proporciona estrategias para mejorar las habilidades de aprendizaje, comunicación, motivación, liderazgo y solución de conflictos. Es una herramienta indispensable en el desarrollo de habilidades sociales que complementan el componente académico.

Un docente con habilidades de coaching podrá crear y dinamizar entornos de aprendizaje para acompañar a su alumnado en su propio proceso de cambio, donde ellos son los protagonistas. ¿Se Imagina lo qué podría lograr su vida profesional como docente y su vida personal desarrollar el arte de preguntar como un coach?

2. DIRIGIDO A

Docentes de los diferentes niveles de formación, responsables de desarrollar y potenciar las capacidades de sus estudiantes.

3. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Para los DOCENTES:

- Identificar herramientas de Coaching que pueda aplicar a nivel personal para generar cambios en su propia vida personal y profesional.
- Buscar la reflexión y el entendimiento de uno mismo, para apreciar y aprender a reconocerse, comunicarse y relacionarse con sus compañeros y educandos, llevando así una vida plena, a nivel personal, laboral y familiar.
- Identificar patrones de comunicación que generan conflicto o malos entendidos en sus relaciones, para iniciar el cambio desde la toma de responsabilidad por los propios actos y sus consecuencias.
- Conocer y practicar los pasos de una sesión de coaching con sus pares en el rol de coach y en el rol de coachee (estudiante).
- Practicar las herramientas básicas de coaching: Preguntas Poderosas, Escucha Activa, Reencuadre y Rendición de Cuentas

Para el CENTRO EDUCATIVO:

- Mejora del clima laboral entre los docentes y los alumnos, al contar con docentes en condiciones emocionales más estables, con menos estrés, con una reducción de sus preocupaciones para vivir una vida más balanceada.
- Fomentar en el tiempo, el desarrollo de una comunidad docente más estable, lo cual propiciara mejores educandos, con principios y hábitos positivos, nivel al

que podrán ser guiados con facilidad por docentes más estables emocionalmente.

Objetivos COMPLEMENTARIOS:

- Conocerán los aspectos básicos del coaching y como disponer de recursos para aplicarlos en sí mismos para promover el desarrollo personal.
- Dentro de su proceso de preparación, identificarán sus dones, preferencias, creencias y valores, en una secuencia de reconocimiento y valoración.
- Elaborar un plan de vida, basados en un auto-diagnostico de sus competencias de vida.
- Elaborar un plan de acción, consistente y real, que les facilite llevar a cabo su plan de vida
- Desarrollar mecanismos de control para mantenerse en curso para el logro de sus metas trazadas
- Conocer los principios del comportamiento humano, para entender por qué haces lo que haces y por qué no has logrado lo que quieres hasta el día de hoy
- Aprender la técnica de fijar metas efectivas y prácticas rutinarias para lograrlas
- Experimentar un proceso paso a paso que te permitirá hacer cambios permanentes en su vida
- Contribuir a un clima personal, familiar y laboral adecuado manteniendo la motivación, así como la disposición al cambio y mejora
- Las participantes aprenderán a usar herramientas para comunicarse de manera efectiva y edificante.
- Fomentar una cultura positiva de relaciones e interrelaciones entre el docente y su entorno, los alumnos, colegas, padres y su familia, aportando un clima más sano y estable entre ellos.
- Definir metas clave a corto plazo para resolver temas pendientes en su vida personal y profesional.
- Promover el autodescubrimiento como base de la confianza en sí mismos para hacer frente a los desafíos de la vida personal y laboral.

4. TEMARIO REFERENCIAL – 12 horas en tres sesiones

PREPARACIÓN PREVIA

PRESENTACIÓN

- Se inicia con una dinámica de interacción y conocimiento personal integrador: ¿Qué hacemos muy bien? ¿Lo que me importa en la vida? ¿Hacia dónde voy en este trabajo?

RECONOCIMIENTO

- ¿Cuento con la actitud y disposición adecuada para hacer y el logro? Los 4 factores de equilibrio: Cuerpo, Mente, Corazón y Espíritu.

RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN

- Técnica de Respiración diafragmática o abdominal para preparar al participante, física y emocionalmente, para el trabajo a realizar.
- Terapia de Relajación en un minuto.
- Descanso. Técnica de Pomodoro para el control del tiempo y el descanso.
- Actitud positiva y la felicidad en mi vida. Lo que ven los demás en mi, y yo en mi mismo.

GIMNASIA EN EL TRABAJO

- Ejercicios de calentamiento muscular. Breve secuencia de ejercicios de gimnasia laboral, promoviendo la implementación de estas rutinas en sus equipos de trabajo, fomentando la disciplina y el orden.

Parte 1. EXPLORANDO MI POTENCIAL

DESCARGANDO LA MOCHILA

- Las cosas que me molestan.
 - Identificando una lista de prioridades y pendientes
- Mi posición frente al mundo.
 - ¿Estoy haciendo lo que debo de hacer o sólo lo que tengo que hacer?
 - Recorrido Personal en mi línea de tiempo
 - Identificación y Evaluación de Creencias
- Mi Entorno Laboral
 - El Estrés en el Trabajo
 - Auto-Evaluación de Clima Laboral
- Identificando lo que está a mi alcance y fuera de ello.
- Control directo, indirecto e inexistente

¿QUÉ ES UN PLAN DE VIDA?

- ¿Por qué es importante un plan de vida?

- Los elementos de un plan de vida
- Ejercicio de Visualización: ¿Cómo quiero ser Recordado?

PRIORIDADES

- ¿Por qué son importantes las metas?
- Tipos de Metas
- La Rueda de la Vida. Auto-evaluación e identificación
- Trazando las metas. Planteando metas de trabajo, a partir de las expectativas de los participantes.

TOMANDO CONTROL: DECISIONES Y ACCIONES

METAS SMART

- Decisiones claves – Metas a corto plazo (SMART)
- Plan de acción. Acción inmediata en cada área de la Rueda de la VIDA
- Componentes de un Plan de Acción: Aprendizajes, Ayuda y Obstáculos a Superar

BUSCANDO EL EQUILIBRIO

- Organícese y administre bien el tiempo
- Aprenda a delegar
- Listas de cosas para dejar de hacer
- Aprendiendo a decir NO

TOMANDO ACCIÓN

- Plan de acción en 5 pasos.
- Compromiso y rendición de cuentas.

PLANIFICACIÓN

- Tomando control del Caos
- Maneja tus Emociones
- Hábitos positivos para mantenerte enfocado en tus metas
- Espacios de Planificación: Revisión Semanal, Trimestral y Anual
- Matriz del Tiempo y la Planificación
- Reflexión final y cierre

Parte 2. EL PROCESO DE COACHING

LOS 4 PASOS

- Establecer una relación profesional basada en confianza
 - Empatía y el PNL

- Principios para generar confianza
- La mejor versión del coachee
- Identificar el Problema
 - La Caja de Herramientas del Coach
 - Los 3 Por Qués
- Explorar alternativas
 - Posibilidades y Obstáculos
 - Temores y Motivaciones
- Rendición de cuentas
 - Todo empieza con una decisión seguida por una acción.

PRACTICAR EN TRIOS

- 3 roles: coach, coachee y observador
- Procesamiento de la experiencia

LAS HERRAMIENTAS DEL COACH

PREGUNTAS PODEROSAS

- El arte de preguntar. ¿Por qué es efectivo?
- Conocer una lista de preguntas poderosas
- Escoger algunas preguntas nuevas para la práctica

ESCUCHA ACTIVA (Repaso)

- Escuchar con todo el cuerpo
- Cuándo interrumpir
- Señales de afirmación
- Preguntas de clarificación

RE-ENCUADRE

- Rompiendo paradigmas
- Frases clave para brindar una nueva perspectiva
- Confirmar nuevo cuadro

RENDICIÓN DE CUENTAS

- El plan de acción
- Definiendo compromisos
- Seguimiento
- Halagos y reprimendas

CONEXIÓN, ESCUCHA Y COMUNICACIÓN

COMUNICANDOME CON PERSONAS DIFERENTES

- Cómo influye nuestra Personalidad en la Comunicación.

COMUNICACIÓN ASERTIVA

- ¿Qué es la Comunicación Asertiva y para qué sirve?.
- ¿Cómo mejorar la habilidad de escuchar?
- Conversaciones difíciles, ¿Cómo comunico algo que me molesta?

HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

- Preguntas Poderosas
- Silenciar el juicio y eliminar los filtros de comunicación.
- La Comunicación Verbal y Lenguaje Corporal
- Práctica, práctica, práctica!

5. METODOLOGÍA

• Fase Expositiva

- El desarrollo es interactivo, práctico y experiencial, teniendo como base las intervenciones del facilitador en la parte teórica y en la contextualización del “para qué”, planteando dinámicas, ejercicios vivenciales y experienciales, tanto individuales como grupales, motivando la intervención activa y la discusión permanente, en la búsqueda del aprendizaje y desarrollo de las habilidades necesarias.
- Cada concepto se expone con un ejercicio posterior de auto evaluación que permita a cada quien reflexionar sobre su mirada de la situación, de manera que puedan desarrollar un diálogo sin reacciones emocionales, bajo un espacio de tranquilidad y armonía.
- Se facilita momentos de reflexión, procesando los conceptos para llevarlos a la práctica en su vida real, propiciando espacios de diálogo de manera natural.
- Demostración de los principios y herramientas del coaching
- Practica de herramientas del coaching
- Feedback

• Actividad Lúdica

- Desarrollo de actividades orientadas como un medio de integración y auto-aprendizaje, en base a la ejecución de diversas dinámicas y

juegos, compartiendo tareas y procesos que les faciliten el logro de objetivos, así como el desarrollo de procesos reflexivos en relación a sus objetivos.

- Ejercicios individuales bajo el objetivo de “Aprender haciendo” vs. “Aprender viendo o escuchando”
 - Entrega de herramientas y consejos prácticos para lograr un desempeño personal superior
- Actitud Reflexiva
 - Se interactúa y reflexiona, sobre las situaciones expuestas, su actitud y comportamientos, así como la perspectiva que tienen sobre sus causas y efectos.
 - Actitud de Compromiso
 - Se identifican aquellos cambios en su comportamiento, que consideran más adecuados, para la mejora de sus relaciones, procesos y actividades diarias.

6. ESTRUCTURA DE TRABAJO

CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA:

- El programa se compone de TRES sesiones de hasta 04 horas cada uno, desarrollados en una sesión semanal, en un horario adecuado para los docentes participantes.
- Se implementan en las instalaciones del centro educativo, en la frecuencia de días y horario que mejor se adecue a los participantes.
- Se realizan combinando el modo Conferencia con dinámicas vivenciales de aplicación y ejercicios de autoevaluación.
- Dirigido a grupos pequeños, de hasta 30 docentes.
- Los materiales y resúmenes, se distribuyen en modo digital
- Se entregan certificados de participación.

7. FACILITADORES

LUIS

- Coach de Intervenciones Estratégicas del Robbins-Madanes Center for Strategic Intervention, USA. Maestría en Gerencia Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú. 11 años trabajando en el Cuerpo de Paz, Perú. Coordinador de la Iniciativa de Habilidades para la Vida y Liderazgo para jóvenes. Capacitador de capacitadores en técnicas de educación para adultos, Interculturalidad, Comunicación Asertiva, Desarrollo de talento y Liderazgo y Coaching. Capacitador y Coach corporativo con más de 4 años de experiencia diseñando e implementando capacitaciones para programas Desarrollo Personal y Productividad. Experiencia en manejo de temas de adaptación cultural, y habilidades técnicas para el desarrollo comunitario en entornos rurales. Experiencia en el diseño e gestión de proyectos comunitarios para programas sociales relacionados a la Promoción de Salud Comunitaria, Manejo Ambiental Comunitario, Desarrollo Económico Comunitario, Desarrollo Juvenil, Agua Saneamiento e Higiene. Coach de Vida y de Relaciones con más de 15 años de experiencia en el área de desarrollo personal, especializándose en brindar claridad de ideas para potenciar la productividad profesional y personal.



PABLO

- Ingeniero Civil UNI. Más de 1500 horas facilitando diversos talleres de desarrollo de competencias directivas para empresas del sector minero, industria y agroindustria, como Buenaventura, AESA Minería, Camposol, AgroIndustrial Laredo, ISM Industrias San Miguel, Movil Tours, Petrex, Diners Club, Club de Regatas Lima, Ministerio de la Mujer, Municipalidad de San Isidro, Municipalidad Metropolitana de Lima, U. San Cristóbal de Huamanga, Instituto de Neoplásicas INEN, IREN Norte, Hospital Almenara y EsSalud Huancavelica. Consultor de Negocios orientado al desarrollo del potencial humano. Consultor especialista del programa de Gestores Voluntarios de COFIDE y Expositor de la Tabla de Negocios MyPE. Coordinador de la implementación de los talleres de eslmagen desde hace nueve (09) años. Presidente del Instituto de la Gestión y Desarrollo Educare Perú, orientado al desarrollo e implementación de programas de fortalecimiento de las capacidades y competencias emocionales de las parejas, padres y familias. Se desempeñó como Director del Instituto de la Construcción y Gerencia, así como Director del centro Creative Center del Instituto Telematic. Ha sido jefe de Marketing de diversas organizaciones, entre ellas de Intercade, empresa de capacitación del sector minero. Ha realizado consultoría en temas de desarrollo digital e Internet para la USIL, Provide, Embajada Alemana y la Autoridad Portuaria Nacional.

