

Coaching Educativo

Sobre el coaching en general

(Fuente: Asociación de Profesionales de Coaching de Castilla y León)

¿Qué es el coaching?

“El coaching consiste en ayudar a alguien a pensar por sí mismo, a encontrar sus respuestas, a descubrir dentro de sí su potencial, su camino al “éxito”... sea en los negocios, en las relaciones personales, en el arte, el deporte, el trabajo...”

John Withmore

El proceso de coaching está basado en un proceso comunicativo en el que el coach reconoce a su cliente tal y como es, y le sabe poseedor de las respuestas que quiere encontrar. El coach facilita que las soluciones emerjan mediante el uso de preguntas poderosas, la escucha, el manejo de los silencios y el seguimiento en el desarrollo del proceso. El coaching es un catalizador de la sabiduría interna del cliente aplicada a la consecución de unas metas acordadas previamente.

El Coaching es diseño y construcción de futuro desde el presente. Por ello el Coaching no es psicoterapia, ya que no se centra en el pasado, ni atiende pacientes con desórdenes mentales.

El Coaching genera opciones, caminos y soluciones en el cliente. Por ello el coach, a diferencia de los consultores, no ofrece respuestas y soluciones.

El Coaching es un proceso de desarrollo personal y profesional basado en aprender a aprender. Por ello el Coaching no es formación en cuanto ésta imparte enseñanzas.

El Coaching es herramienta de crecimiento y desarrollo personal o profesional.

Beneficios del Coaching

Vivir el coaching es una experiencia personal encaminada a la plenitud y el equilibrio vital. Estos son los dos grandes beneficios del Coaching que contienen a su vez un amplio abanico de privilegios para el cliente como son: el conocimiento de la luz que guía su vida, tener una visión de sus retos, poner en orden ideas, tener claridad sus prioridades y metas, ser consciente de sus talentos y capacidades, confianza y motivación, generar opciones y diseñar estrategias y planes de acción, aprender a cómo hacer uso de sus recursos internos, generar cambios de comportamiento adecuados,

El coaching beneficia a las personas en el descubrimiento de sí mismas y en el ser congruentes con ellas mismas, con la vida a que aspiran y con sus dones y capacidades.

Tipos de Coaching

El coaching al ser una herramienta genérica de desarrollo personal puede aplicarse a las diferentes áreas de la vida de las personas. Desde las de contenido profesional (coaching ejecutivo o profesional), a las educativas (orientadores, profesores) a las más personales de relación con el entorno y mundo del sujeto (coaching para la familia, para los padres, life coaching).

Coaching Educativo

El coaching para los orientadores

Coaching para orientadores: “Consiste en ayudar a los estudiantes y usuarios a pensar por sí mismos, a que encuentren sus respuestas, a descubrir dentro de sí su potencial, su camino a la satisfacción... sea en los estudios, en su profesión, en las relaciones...” (adaptación de JCarrese de la versión de Sir J. Withmore)

El papel del orientador en el ámbito educativo va más allá de informar sobre opciones. El orientador también ha de facilitar la toma de decisiones, el autoconocimiento, e incluso identificar las competencias (por ejemplo en caso de que el usuario busque desempeñar un trabajo o a la hora de elegir unos estudios).

Concretamente las funciones del orientador que pueden relacionarse directamente con las habilidades del coach son:

- Facilitar el cambio
- Ofrecer otras perspectivas y formas de ver la realidad
- Diagnosticar una situación
- Asesorar, informar sobre la situación, sobre distintos puntos de vista
- Guiar al usuario en el proceso

En España ya hay algunas instituciones cuyas áreas de orientación han introducido cursos dirigidos a estos profesionales para mejorar su rendimiento profesional y personal.

El coaching aplicado al ámbito de la educación y orientación tiene una doble ventaja.

“Para liderar otros, primero has de aprender a liderarte a ti mismo” (Ghandi)

Orientarse uno mismo. Como herramienta que puede ayudar a los orientadores a ganar en satisfacción propia. Tiene que ver con el autodescubrimiento, toma de responsabilidad y la puesta en marcha de acciones para la mejora. El coaching puede ayudar a los orientadores a situarse en un plano superior desde el cual ejercer la profesión.

Orientar a otros. Con el coaching el orientador puede mejorar sus habilidades para el trato y la gestión de personas, orientarse en los métodos más efectivos y explorar las capacidades que favorecerán que el usuario (de la orientación) tenga confianza en sus aptitudes y sea capaz de dar el máximo de sí mismo. Además, el coaching puede ayudarles en el proceso diseñando modelos de conversaciones efectivas.

Las habilidades del coach que pueden ser útiles al orientador son:

- Escuchar activamente
- Comunicarnos de forma efectiva
- Preguntar haciendo uso de nuestra curiosidad e intuición
- Dar el poder
- Fomentar la responsabilidad y autonomía
- Autogestionarse
- Etc

Coaching Educativo

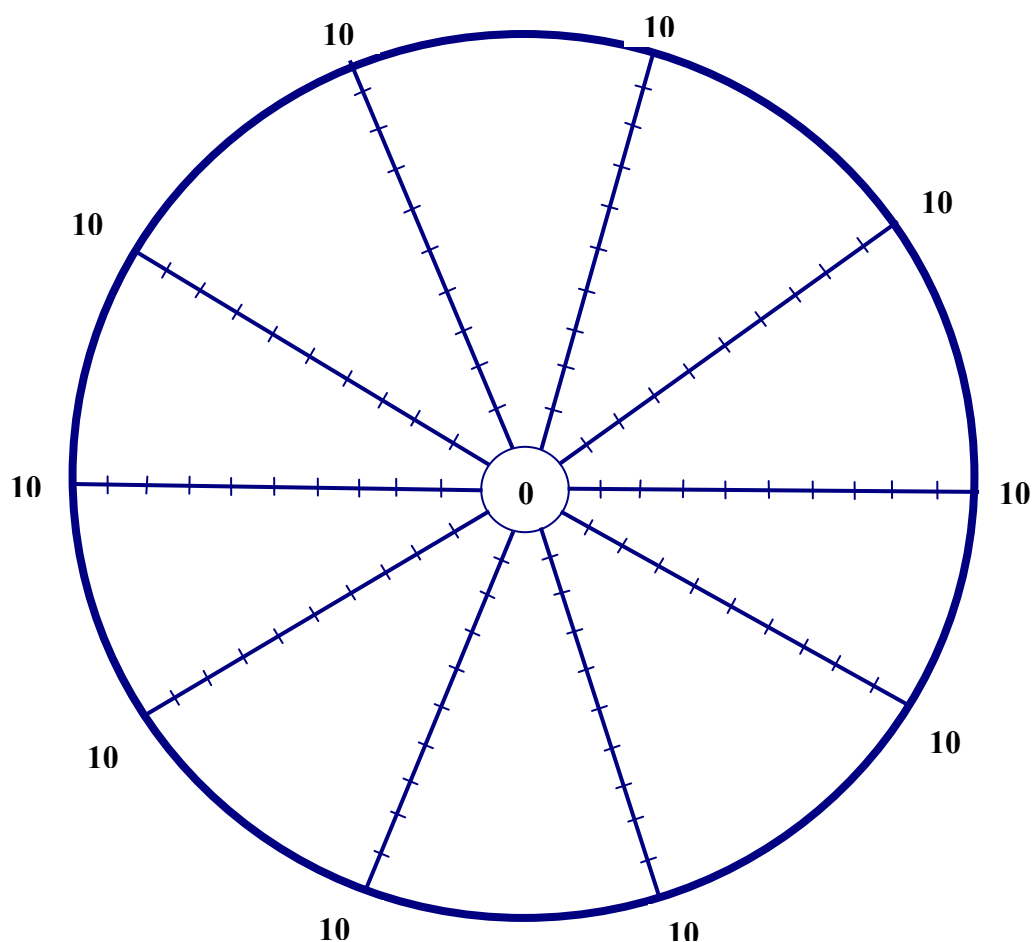
La clave del éxito del coaching como herramienta para que emerja lo mejor de las personas está en los valores y creencias con las que se trabaja. Entre otras figuran las siguientes:

- Todos tenemos los recursos que necesitamos, o podemos crearlos
- No hay fracaso, tan solo aprendizaje
- Todo comportamiento tiene un propósito
- Tener alguna opción es mejor que no tener ninguna
- Lo estás haciendo lo mejor posible y aún puedes hacerlo mejor
- Creamos nuestra propia realidad
- La acción más pequeña vale más que la intención más grande

Coaching Educativo

Rueda de la Vida

Tienes ante tí la Rueda de la Vida. El conjunto de sus 10 secciones o partes representan el equilibrio vital. Busca cuales son en tu vida los pilares básicos en que se debe apoyar para que seas feliz (por ejemplo : Familia, Amistad, Salud, etc) y coloca cada uno de ellos al lado de uno de los números 10 de la circunferencia exterior. Una vez elegidos todos puntúa de 0 a 10 tu grado de satisfacción actual en cada área de tu vida. El centro de la rueda representa el nivel más bajo, cero, y la circunferencia externa el más alto, 10.

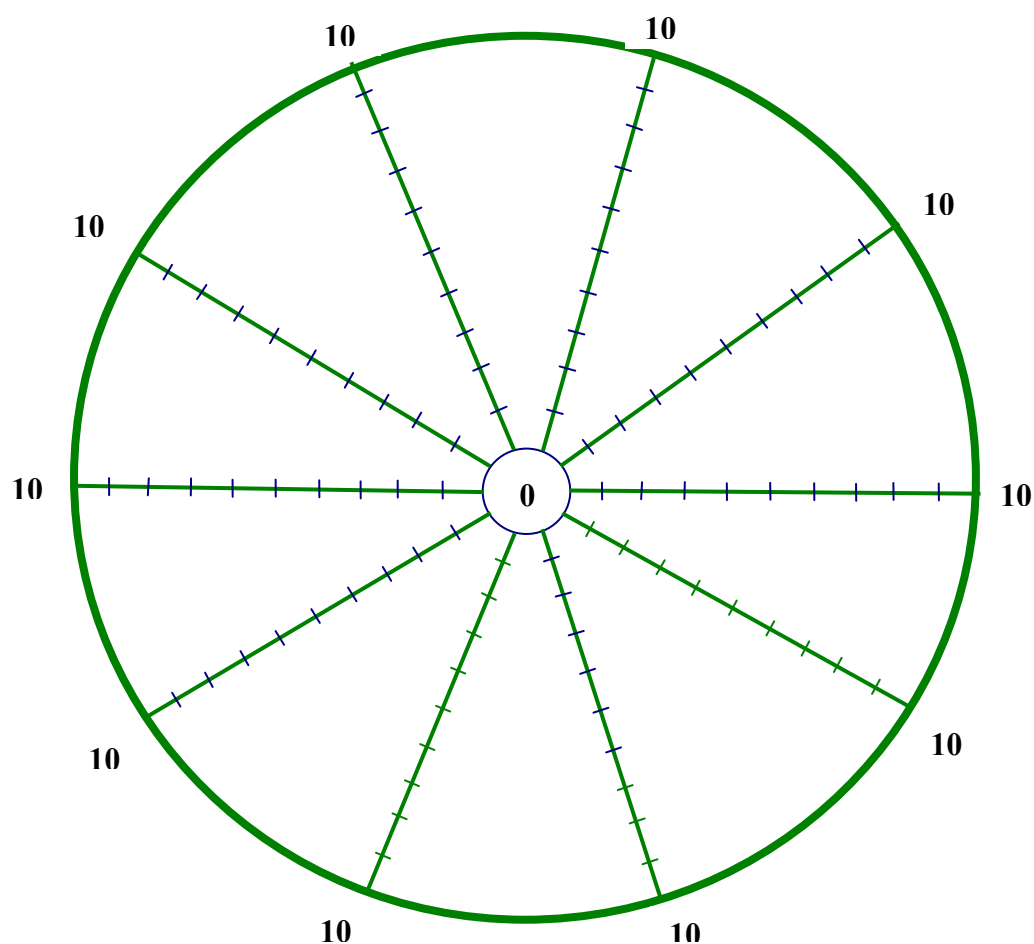


ALGUNAS AREAS POSIBLES: Familia, Hijos, Amigos, Trabajo, Finanzas, Pareja, Salud y cuidado personal, Éxito, Ocio y Diversión, Espiritualidad, Amor, Formación, Libertad, Seguridad, Apasionamiento, Autoestima, Autorrealización o Desarrollo personal, Ambiente físico, etc.

Coaching Educativo

Rueda de la Vida del orientador

Tienes ante ti la Rueda de la Vida de tí como orientador. El conjunto de sus 10 secciones o partes representan el equilibrio. Busca cuales son respecto a tu rol como orientador los pilares básicos en que se debe apoyar para que obtengas una plena satisfacción y coloca cada uno de ellos al lado de uno de los números 10 de la circunferencia exterior. Una vez elegidos todos puntúa de 0 a 10 tu grado de **satisfacción actual** en cada una de las áreas. El centro de la rueda representa el nivel más bajo, cero y la circunferencia externa el más alto, 10.



ALGUNAS AREAS POSIBLES: Escucha, Comunicación, Gestión emocional / autocontrol, Tiempo/dedicación, Resolución de conflictos, Disfrute, Entorno físico, Autoridad, Autenticidad, Responsabilidad, Autonomía, Creatividad, ...

Coaching Educativo

¿Víctima o protagonista en la orientación de tus estudiantes / usuarios?

Síntomas de las Víctimas

- Me siento estresado/a, ansioso/a, inseguro/a
- No me encuentro muy en forma
- ¡ Brr... el vaso está medio vacío!
- ¡Pobre de mí!
- Es culpa de los demás
- No se puede confiar en nadie
- Tengo razón, los otros no la tienen
- Me ha tocado la lotería con esta persona (que tengo que orientar)
- Los estudiantes son unos tiranos
- No se puede hablar con ...
- Yo me sacrifico, el profesorado es muy ingrato
- ¿Por qué yo?
- Esta persona no tiene solución ...
- Con todo lo que yo he hecho por ti
- Me estáis volviendo loca
- Pobrecito de mí...
- ¡Socorro!
- No te rías, la vida no tiene ninguna gracia
- Disfrutar de mi trabajo como orientador no es nada fácil

Beneficios de ser Víctima.

- Podemos quejarnos
- Somos inocentes de lo que sucede
- No hay que cambiar
- Llamamos la atención y provocamos la simpatía de la gente bondadosa
- Poseemos una excelente justificación para nuestros fracasos
- Podemos censurar a otros y encontrar así una vía de escape inconsciente a la insatisfacción de la vida y a todo nuestro paquete de emociones negativas
- Podemos declararnos en guerra y vengarnos sintiendo que tenemos derecho a ello
- Podemos juzgar a los otros como incorrectos y de esta manera hacernos la ilusión de que somos correctos
- Podemos sentirnos superiores

Coaching Educativo

Bibliografía:

- **Coaching coactivo.** Laura Whitworth. Ed. Lid
- **Coaching. El método para mejorar el rendimiento de las personas.** John Whitmore. Ed. Paidós Empresa
- **Coaching con PNL.** Joseph O'Connor y Andrea Lages. Ed. Urano.
- **Coaching. La última palabra en desarrollo de liderazgo.** Marshall Goldsmith, Lawrence Lyons y Alyssa Freas. Ed. Pearson Educación.
- **Coaching. Herramientas para el cambio.** Robert Dilts. Ed. Urano.
- **Ontología del Lenguaje.** Rafael Echeverría. Ed. J. C. Sáez Editor.
- **Los 7 Hábitos de la gente altamente efectiva.** Stephen R. Covey. Ed. Paidós Plural.
- **Coaching Práctico en el trabajo.** Perry Zeus y Suzanne Skiffington. Ed. Mc.Graw Hill
- **Cómo hablar para que sus hijos escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen.** A Faber y E Mazlish. Ed. Medici
- **Cómo hablar para que sus hijos estudien en casa y en el colegio.** A Faber y E Mazlish. Ed. Medici
- **El juego interior del tenis.** W Timothy Gallwey. Ed Sirio

Coaching Educativo

Cuestionario de Satisfacción – Marzo 2010

Tu opinión nos ayuda a mejorar. Con el objetivo de avanzar cada día hacia la excelencia en nuestro trabajo nos gustaría que respondas con la mayor sinceridad, marcando con una "x" en la escala entre 0 (mínimo) y 10 (máximo) según tu grado de satisfacción con los siguientes aspectos:

LA CHARLA: Coaching para orientadores	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
La charla ha sido amena y fluida											
El contenido ha cubierto mis expectativas											
Los ejemplos han sido suficientes e ilustrativos											
La charla me es o me será útil											

EL COACH – Juan Carlos Arrese Aguilera	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Crea un clima agradable											
Se le entiende claramente											
Consigue provocar y mantener el interés											
Seguro, da sensación de que domina la materia											
Me gustaría volver a ver a este coach											

EVALUACION GLOBAL

Valoración global de satisfacción	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Algo que quieras comentar?

¿Qué es lo que más o lo que menos te ha gustado?

¿Recomendarías esta charla?

Sí
No

¿Estarías interesado en un curso específico de coaching para orientadores?

Sí
No

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN