

# COACHING PRÁCTICO en EDUCACIÓN.

TRANSFORMANDO SUEÑOS en APRENDIZAJES



# COACHING PRÁCTICO *en* EDUCACIÓN.

TRANSFORMANDO SUEÑOS *en* APRENDIZAJES

Beatriz García Ricondo  
Bernardo García Carrera

Ilustradora  
Elena Urizar Ipiña

Consulte la página [www.dextraeditorial.com](http://www.dextraeditorial.com)

Diseño de cubierta e interiores: ©TheIdeas · [www.ideasjc.net](http://www.ideasjc.net)

Ilustraciones: ©Elena Urizar

© Beatriz García Ricondo  
Bernardo García Carrera

© Dextra Editorial S.L.  
C/Arroyo de Fontarrón, 271, 28030 Madrid  
Teléfono: 91 773 37 10

Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o por cualquier otro, sin la autorización expresa por escrito de Dextra Editorial. S.L.

ISBN: 978-84-16277-92-6  
Depósito legal: M-30322-2016  
Impreso en España. Printed in Spain

# ÍNDICE

|                       |    |
|-----------------------|----|
| Agradecimientos ..... | 9  |
| Prólogo .....         | 11 |
| Introducción .....    | 13 |

## PARTE I: INNOVACIÓN EDUCATIVA Y COACHING

|  |    |
|--|----|
| Capítulo 1: COACHING EN EDUCACIÓN:<br>UNA HERRAMIENTA PRIVILEGIADA ..... | 19 |
| 1.1. ¿Una moda más? .....  | 22 |
| 1.2. El coaching en la educación actual: el aprendizaje verdadero .....  | 24 |
| 1.3. Preguntas para la reflexión .....                                   | 29 |
| 1.4. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                          | 30 |
| Capítulo 2: EL «POR QUÉ» Y EL «PARA QUÉ» EN EL COACHING .....            | 35 |
| 2.1. Conectando con nuestros sueños .....                                | 38 |
| 2.2. Convirtiendo sueños en objetivos .....                              | 40 |
| 2.3. Preguntas para la reflexión .....                                   | 44 |
| 2.4. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                          | 45 |
| Capítulo 3: PASIÓN POR EDUCAR .....                                      | 49 |
| 3.1. Educando a la totalidad de la persona .....                         | 51 |
| 3.2. Educación y desarrollo personal .....                               | 55 |
| 3.3. Preguntas para la reflexión .....                                   | 59 |
| 3.4. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                          | 60 |

## PARTE II: LAS CLAVES DEL COACHING EN EDUCACIÓN

|   |    |
|---|----|
| Capítulo 4: AUTOCONOCIMIENTO: LA ESTRUCTURA DEL CAMBIO<br>PARA EL APRENDIZAJE ..... | 71 |
| 4.1. Generar cambios: los niveles lógicos .....                                     | 73 |
| 4.2. Crear consciencia .....  | 79 |
| 4.3. Preguntas para la reflexión .....  | 84 |
| 4.4. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                                     | 85 |

# ÍNDICE

|  |     |
|--|-----|
| Capítulo 5: CONFIANZA: GESTIONAR LA INCERTIDUMBRE EN EL AULA ...       | 95  |
| 5.1. Confianza básica para la era del aprendizaje: auto-creencia ..... | 98  |
| 5.2. Nuestros recursos internos y externos .....                       | 109 |
| 5.3. Preguntas para la reflexión .....                                 | 121 |
| 5.4. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                        | 122 |
| Capítulo 6: RESPONSABILIDAD: SABER, QUERER Y HACER .....               | 131 |
| 6.1. Coaching, acción y flexibilidad .....                             | 134 |
| 6.2. El educador proactivo .....                                       | 143 |
| 6.3. Preguntas para la reflexión .....                                 | 153 |
| 6.4. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                        | 154 |
| <br><b>PARTE III: EL PROCESO DEL COACHING EN EDUCACIÓN</b>             |     |
| Capítulo 7: LOS OBJETIVOS: FIJANDO EL RUMBO .....                      | 171 |
| 7.1. Poner primero lo primero .....                                    | 173 |
| 7.2. Mapas y territorios: presupuestos básicos .....                   | 174 |
| 7.3. Rueda del maestro extraordinario .....                            | 175 |
| 7.4. Marcando el rumbo .....   | 179 |
| 7.5. Preguntas para la reflexión .....                                 | 187 |
| 7.6. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                        | 188 |
| Capítulo 8: LA REALIDAD: OBSERVAR EL CAMINO .....                      | 195 |
| 8.1. ¿Cómo aprendemos?: el proceso del aprendizaje .....               | 198 |
| 8.2. Estilos de aprender, maneras de enseñar .....                     | 200 |
| 8.3. La tensión de enseñar: evaluar los procesos .....                 | 230 |
| 8.4. Educar las emociones .....  | 237 |
| 8.5. Preguntas para la reflexión .....                                 | 247 |
| 8.6. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                        | 248 |
| Capítulo 9: LAS OPCIONES: RUTAS POSIBLES .....                         | 253 |
| 9.1. Generar alternativas .....  | 255 |
| 9.2. Educar desde las preguntas .....                                  | 262 |
| 9.3. El feedback y el diálogo: la oportunidad de aprender .....        | 269 |
| 9.4. La resolución de conflictos .....                                 | 276 |
| 9.5. Preguntas para la reflexión .....                                 | 287 |
| 9.6. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                        | 288 |

# ÍNDICE

|   |     |
|---|-----|
| Capítulo 10: EL PLAN DE ACCIÓN: COMENZAR A CAMINAR .....                      | 295 |
| 10.1. ¿Por dónde empezar? .....   | 298 |
| 10.2. Diseñando intervenciones concretas: el camino hacia la excelencia ..... | 305 |
| 10.3. Gestionar los cambios: aplicando lo aprendido .....                     | 314 |
| 10.4. El coach: acompañando experiencias de aprendizaje .....                 | 320 |
| 10.5. Preguntas para la reflexión .....                                       | 327 |
| 10.6. El rincón de pensar, sentir y actuar .....                              | 328 |
| <br>  |     |
| BIBLIOGRAFÍA .....  | 333 |





## AGRADECIMIENTOS

A nuestros padres, abuelos, bisabuelos, y a todos los que antes que nosotros han hecho posible que hoy estemos aquí.

A nuestras parejas e hijos, que nos acompañan día a día en el camino de la vida.

A nuestros profesores, alumnos, compañeros de profesión y amigos, por servirnos de espejo en este camino de aprendizaje, transformación y crecimiento.



## PRÓLOGO

Hace unos días, mi hija de once años llegó del colegio diciendo: "Mamá, he debido de hacer algo –no sé qué ha sido– que ha molestado a Sonia; desde entonces está enfadada conmigo, pero además se ha enfadado con toda la clase, ¡durante todo el día!". Aparentemente, por mucho que intentaran los compañeros hablar con Sonia, no hubo manera de saber qué había detonado el enfado, ni de conversar para comprenderse y solventar la situación. Así pasó el día, sin que nadie supiera qué estaba ocurriendo realmente, y la situación había cobrado cierta dimensión, pues obstaculizó el ritmo de las clases, sin permitir que la profesora avanzara en las actividades planificadas de la asignatura.

No es la primera vez que ocurre algo parecido en los últimos tres años. Sonia, niña inteligente que ha atravesado situaciones difíciles en casa, siente un malestar que no llega a identificar, y mucho menos expresar. Con emociones realmente fuertes que la bloquean hasta el punto de afectar a la dinámica de toda la clase, y ya, en el último curso escolar, arrastrando consecuencias en su rendimiento académico en todas las áreas.

Como docente, ¿qué hacer en un caso como éste? Parece claro que el componente principal del problema reside en las emociones, en identificar cómo me siento y qué lo produce, y conocerme a mí misma, para desarrollar la asertividad y lograr expresar lo que siento y pienso ante el grupo.

Sonia no está más que pidiendo a gritos un llamado de "¡Ayudadme! No sé por qué estoy como estoy!". Y su caso no es excepcional: miramos a nuestro alrededor y todos podemos encontrar a niños y adolescentes con necesidades que, por la velocidad e inmediatez del día a día no están siendo atendidas, traducándose en alumnos frustrados, con ciertos niveles de ansiedad –generalmente silenciosa, no detectada– y muchas veces afectando al buen fluir de las clases en el aula. El reto desde el docente es el de trabajar con Sonia como persona, por ella, para lograr que desarrolle recursos que le permitan conocerse a sí misma, superar estos desafíos y crecer como persona. En definitiva, como bien expresan los autores del libro, "educar a la totalidad de la persona": la autoconfianza, el respeto propio y hacia los demás, la autorregulación, la justicia, la capacidad de concentrarse, etc.

De esa manera, una vez trabajada la base, ya se puede pasar a lo académico. Sin esa base, faltan los cimientos sobre los cuales construir el aprendizaje de los contenidos

## PRÓLOGO

“curriculares” que tanto preocupan a profesores y padres. Este libro aborda la educación de forma integral y, tras comprender y trabajar el *ser* –los deseos, motivaciones, sentimientos, aptitudes–, pasa a una segunda etapa, como no podía ser de otra manera al tratarse de un libro de coaching, con estrategias para el profesor, con las cuales el alumno pueda establecerse metas académicas que le permitan enfocarse hacia sus objetivos y aprender. Y un paso más, que le permitan *disfrutar* aprendiendo.

Sonia forma parte de un sistema: una familia, un aula, un centro educativo. Cualquier cambio en ella afecta al todo. Está asomándose a la adolescencia, etapa tan esencial en la vida de todo ser humano, que según el profesor Daniel Siegel se caracteriza por cuatro elementos: la continua búsqueda de novedad, la intensidad emocional, las conexiones sociales y la exploración creativa. En lugar de ver la adolescencia como una fase convulsa y horrible de la que hay que intentar salir cuanto antes, como es la creencia tradicional de nuestra sociedad, podemos optar por comprender lo que ocurre en el cerebro de un adolescente y tomarnos muy en serio el potencial que reside en estos elementos que se enaltecen durante esta etapa. *Coaching práctico en educación* se sustenta justamente en la capacidad de todo niño y joven de descubrir su propio potencial, y en ofrecer herramientas al docente para guiarle en el proceso de autodescubrimiento y realización personal.

El libro está dirigido de manera muy amplia a toda etapa de educación preuniversitaria, incluyendo educación infantil, y creo que en especial es de enorme utilidad para el trabajo con alumnos durante la preadolescencia y adolescencia, a partir de los 9-10 años.

Como su título indica, *Coaching práctico en educación*, trabaja desde el plano de la acción, y es ahí donde los autores, “armados” de fundamentos y conocimientos teóricos y metodológicos, plantean un libro donde el lector aprenda haciendo, poniendo en práctica inmediatamente lo que va conociendo mediante actividades concretas muy bien explicadas.

Por último, señalar que, aunque este libro está dirigido principalmente a docentes, maestros y profesores preuniversitarios, creo que es lectura clave para todo aquel que interactúa con niños y jóvenes: padres, educadores sociales, pedagogos o aquellos que colaboran o forman parte de entidades como la nuestra, dedicadas a la educación.

Isabel Navarro Fernández de Caleyá  
*Directora General y Cofundadora de Fundación Créate*

## INTRODUCCIÓN

*"La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo."*

**NELSON MANDELA**

Este libro es fruto de un sueño. El sueño de dos personas que como otras muchas, antes y después que nosotros, deseamos contribuir a crear un mundo mejor a través de la educación.

A lo largo de estas páginas el lector encontrará una guía que deseamos le acompañe en la maravillosa tarea de educar mentes, corazones y almas intrépidas, capaces de entregarse a la tarea de lograr lo que desean para sus vidas y para las de las personas que las rodean.

Hemos estructurado el libro en diez capítulos que a su vez agrupamos en tres partes diferentes.

- Durante la primera parte, compuesta por los capítulos 1, 2 y 3, iniciamos el camino abordando el «qué» y el «para qué» del coaching en el ámbito educativo hoy en día.
- En la segunda parte, capítulos 4, 5 y 6, abordamos «desde dónde» trabajar como docentes-coaches para acompañar a las nuevas generaciones a crecer de una forma holística. Autoconocimiento, confianza y responsabilidad como pilares básicos del coaching y de la educación de nuestros tiempos.
- Y a lo largo de la tercera y última parte, compuesta por los capítulos 7, 8, 9 y 10, abordamos «cómo hacerlo». Para ello iremos avanzando, paso a paso, a través de la metodología que el coaching aporta al mundo educativo para ayudar a nuestros alumnos a definir sus sueños, concretarlos en objetivos, reflexionar sobre sus comportamientos, capacidades, creencias, valores e identidad, desarrollar nuevas herramientas de aprendizaje, idear nuevas opciones para crecer y llevar todo ello a la práctica de manera ecológica y sostenible.

## INTRODUCCIÓN

Además, capítulo a capítulo, a través de los apartados «Preguntas para la reflexión» y «El rincón de pensar, sentir y actuar» invitaremos al lector, como docente-coach, a llevar a la práctica, tanto para sí mismo como para sus alumnos, todo lo que iremos planteando a lo largo de estas páginas.

Es nuestro deseo que todo el que se aproxime a este libro con la intención de mejorar como educador y como persona encuentre en él un faro que le ayude a iluminar su camino y el de los demás en esta apasionante tarea.