

Coaching para profesores

La misión del profesorado y los resultados de su trabajo tienen hoy día un carácter de altísimo valor estratégico para la sociedad y para la propia persona, por lo que el aprendizaje de técnicas de desarrollo personal por parte de los docentes es clave para su buen funcionamiento en el aula.



“La mente no es una vasija que haya que llenar, sino un fuego que hay que encender” (Plutarco)

En este sentido, el *coaching* es una técnica de crecimiento personal que tiene como objetivo principal ayudarte a conseguir las metas que te propones y facilitar mejoras en tus competencias, conductas, habilidades y actitudes, aportándote tanto una mejor calidad de vida como una mayor satisfacción con la práctica de tu actividad profesional diaria.

En educación, un *coach* tiene un rol muy diferente al de un profesor en una institución educativa, pero los profesores pueden utilizar técnicas de *coaching* para mejorar la comunicación y la colaboración con sus alumnos.

Este es el objetivo que pretendemos con las 5 técnicas básicas de *coaching* que presentamos:

- **Juzga lo menos posible y utiliza la escucha activa.**

Cuando te comuniques con tus alumnos, intenta no juzgar, ni cuestionar, ni valorar lo que dicen, en la medida de lo posible. Cuando las personas se sienten cuestionadas, se cierran automáticamente, se ponen a la defensiva y pierden la confianza de la persona que las juzga. Muestra activamente que tienes interés por lo que dicen, pregunta más y opina menos, no des por hecho que comprendes a

la primera todo lo que cuentan y cierra el diálogo interno que habitualmente tenemos mientras otros hablan. Siempre hay tiempo para juzgar y valorar lo que otros dicen o hacen, eso es mejor hacerlo de manera efectiva a través de *feedback* (ver último punto). En el *coaching*, la capacidad de generar confianza en la persona o personas con las que se va a colaborar es un porcentaje muy grande del éxito de la colaboración. *Si tus alumnos sienten que tú les aceptas y respetas, tendrán una actitud más positiva hacia ti y tu asignatura.*

- **Sé optimista.** En este contexto, ser optimista significa que crees en el potencial de tus alumnos, que crees que las personas pueden cambiar y que no están condenadas a obtener los mismos resultados siempre. Si eres escéptico acerca de ciertos alumnos o crees que puedes predecir su futuro en función de su conducta actual, vas a limitar mucho la efectividad de tu trabajo con ellos. Tus alumnos son responsables de su conducta, y tú eres responsable de lo que piensas sobre ellos y de los efectos que esto tiene.

- **Ten un estilo colaborativo y abierto.** Las principales herramientas comunicativas para aumentar la motivación de tus alumnos son los verbos preguntar, involucrar, participar, escuchar, explicar, decidir... Por ejemplo, no te limites a decirles lo que tienen que hacer, involúcralos en la toma de decisiones y en la planificación de las clases. Explica todas tus decisiones y los motivos por los que las tomas, especialmente las que no sean populares, porque nada afecta más negativamente a la motivación que una situación vivida como injusta y arbitraria.



- **Aprende a establecer acuerdos tanto individuales como con el grupo.** No confundas el punto anterior con ser un profe enrollado, light o flojo, porque no tiene nada que ver. Un profesor abierto puede ser también muy exigente, pero en vez de ser autoritario involucra a los alumnos mediante acuerdos cuyo cumplimiento evalúa posteriormente junto con ellos. Para establecer acuerdos, utiliza una comunicación clara, esfuérate en que las condiciones y objetivos estén perfectamente definidos (un consejo: tradúcelos a su idioma... para ello tienes que

El coaching es una técnica de crecimiento personal que facilita mejoras en tus competencias, conductas, habilidades y actitudes.

aprenderlo primero), y no des nada por hecho y comprueba que los han comprendido. Desarrollar la asertividad y saber exigir responsabilidades a los alumnos sin enfadarse, molestarse o indignarse es fundamental para un profesor. No te olvides de recalcar la relación causal entre acuerdo-conducta-consecuencias.

- **Da más refuerzo positivo y feedback constructivo.** El *feedback* es la información que les das a tus alumnos para que mejoren su desempeño, con el objetivo de que mejoren sus resultados académicos, cambien su conducta, se relacionen de otra forma con sus compañeros, etc. Por tanto, si tienes una conversación con un alumno sobre su desempeño, pero la información que recibe no le ayuda en la práctica a que mejore su trabajo, no se trataría realmente de *feedback*. La buena intención no es suficiente para que el *feedback* cumpla su función pedagógi-

ca, así que vamos a ver cómo se utiliza la herramienta de *feedback* en el *coaching* para que produzca aprendizaje y motivación en vez del efecto contrario:

1. Sé claro; un *feedback* muy general no es una información útil. Cuando des *feedback*, habla de conductas concretas y de resultados. Cuanto más preciso sea, más efectivo es el *feedback*.
2. Involucra al alumno en su *feedback*. Para ello, utiliza preguntas abiertas (aquellas que no se responden con un “sí” o un “no”, y que empiezan por las partículas qué, cómo, cuándo, etc.). Analiza con él qué conductas quiere cambiar, qué objetivos quiere obtener, cómo puede hacerlo, qué acciones concretas va a realizar, cuándo, y así sucesivamente. Concreta al máximo. Ayúdale a formular un plan de acción, que sea motivante para el alumno y cuyos objetivos y pasos sean factibles y realistas. Acordad cuándo y cómo vais a evaluar el cumplimiento de ese plan.
3. Sé constructivo y céntrate en las soluciones en vez de en los problemas. El objetivo del *feedback* no es señalar aspectos negativos, sino introducir cambios que los mejoren.
4. Céntrate en esos cambios, pide al alumno que proponga soluciones, expón diferentes alternativas, y no olvides que una parte muy importante del *feedback* es comunicar no sólo lo que se puede mejorar, sino lo que ya se está haciendo bien. El *feedback* positivo refuerza las conductas positivas y aumenta la motivación de las personas que lo reciben.

Todas estas técnicas y habilidades de *coaching* son meras propuestas y sugerencias que cada profesor puede incorporar en la medida que le resulten interesantes y útiles, para combinarlas con su experiencia y otras herramientas pedagógicas. •

Imma Badia Camprubí
Secretaria de Salud Laboral
FEUSO

