

# GUÍA DOCENTE

## Curso Académico 2018-2019

### 1. Nombre de la Asignatura

#### 1.1. Datos de la asignatura

<b>Tipo de estudios</b>	Postgrado
<b>Titulación</b>	Líderes para el Mundo
<b>Nombre de la asignatura</b>	Programa de Desarrollo Personal y Profesional (PDPP)
<b>Carácter de la asignatura</b>	Obligatoria
<b>Curso</b>	1º
<b>Idioma de impartición</b>	Español
<b>Coordinador/a de la asignatura</b>	Ana López Sousa
<b>Semestre</b>	1º
<b>Número de créditos ECTS</b>	2

#### 1.2. Datos del equipo de profesores

<b>Apellidos, Nombre</b>	<b>Correo electrónico</b>
López Sousa, Ana	anacoaching@glocalchange.es
Aguilera Otero, Mari Paz	maripaz.aguilera@zinkcoaching.com
Guisado Urbano, Isabel	isabel.guiur@gmail.com
Otero Moreno, Silvia	s.e.oteromoreno@gmail.com

#### 1.3. Requisitos previos

Estar matriculado de un Máster de Loyola Leadership School.

#### 1.4. Objetivos

Los principales objetivos del proceso de desarrollo personal y profesional son:

- Ayudar al alumno/a a desarrollar su potencial humano con una orientación práctica y de utilidad para su futuro profesional.
- Trabajar con un diagnóstico inicial de su perfil a través de sus competencias y motivaciones, así como sus áreas de mejora. Este diagnóstico inicial se hará a través de los cuestionarios de autopercepción realizados al inicio del programa de LPM: test de kolb (estilos de aprendizaje), cuestionario de competencias y cuestionario de autoconcepto.
- Mejorar el rendimiento académico al adquirir herramientas prácticas y concretas que le permitan al alumnado gestionar mejor su tiempo y su nivel de estrés.

- Localizar sus fortalezas, valores y logros y enfocarlos como parte fundamental de su marca personal.
- Mejorar las competencias y habilidades en comunicación interpersonal que faciliten las tareas de liderazgo y trabajo en equipo. En un primer momento, se reflejará en las relaciones dentro de la comunidad educativa y, en un futuro, en las organizaciones a las que pertenezcan a nivel laboral.
- Desarrollar el pensamiento sistémico para contemplar la comunidad que le rodea como sistemas y estructuras interconectadas.

#### **COMPETENCIAS:**

CG02 - Liderazgo: influir sobre las personas y/o grupos anticipándose al futuro y contribuyendo a su desarrollo personal y profesional.

CG04 - Adquirir estrategias y recursos que promuevan en el propio estudiante su capacidad para aprender por sí mismo y con otros, y desarrollar habilidades de pensamiento y de decisión que faciliten la autonomía, la confianza e iniciativa personales.

CG05 - Automotivación: Afrontar las propias capacidades y limitaciones, empeñándose en desarrollarlas y superarlas para ocuparse con interés y cuidado en las tareas a realizar.

CG06 - Resistencia y adaptación al entorno: Afrontar situaciones críticas del entorno psicosocial, manteniendo un estado de bienestar y equilibrio físico y mental que permite a la persona seguir actuando con efectividad.

CG11 - Sentido ético: sensibilizarse hacia la dimensión moral inherente a todo lo humano y lo social (acción personal, instituciones sociales) e inclinarse positivamente hacia el bien moral de uno mismo o de los demás (vivencia de sentido, realización de la persona, sentido de justicia).

#### **1.5. Asistencia a clase**

La asistencia a clase es obligatoria en los términos establecidos por la normativa de la Universidad Loyola Andalucía.

#### **1.6. Contenidos del programa**

Este Programa de Desarrollo Personal y Profesional mediante el Coaching proporciona a la comunidad universitaria de postgrado de Loyola un servicio innovador y pionero. Los contenidos del programa se desarrollan de manera individualizada y personal a través del proceso de coaching que vive cada alumno/a con un coach personal. A través de una serie de sesiones presenciales, el/la alumno/a experimenta a través de tres aspectos básicos:

- La toma de conciencia sobre sus problemas, dudas, objetivos, su identidad, sus valores, sus expectativas, sus objetivos, etc.
- La responsabilidad sobre su vida y sus actos y los efectos de los mismos.
- El plan de acción necesario para el cambio y la transformación.

El Programa de Desarrollo Personal y Profesional (PDPP) ofrece al alumno/a un acompañamiento personalizado y confidencial para que pueda profundizar con su coach sobre los aspectos mencionados: sus objetivos y motivaciones, sus valores, sus logros, sus fortalezas y sus áreas de mejora, su estado deseado en un futuro profesional, etc. Este trabajo se realiza abordando aquellos contenidos que el alumno/a va necesitando en cada momento y basándose en una definición clara y específica de sus objetivos (lo que denominamos como SMART: específicos, medibles, planificados en el tiempo y alcanzables). Entre las sesiones, el alumno/a cuenta con un seguimiento (presencial, telefónico o por email) de su coach.

### 1.7. Referencias de consulta:

La bibliografía básica para aquellos/as alumnos/as que quieran profundizar en su proceso de desarrollo será:

- Bayón Mariné, F. (Coord.) (2010): *Coaching hoy*, Editorial centro de estudios Ramón Areces. Madrid.
- Betz, A. (2013): *Mi mejor argumento neurocientífico para el Coaching*, Cuadernos de Coaching nº 11 (<http://www.cuadernosdecoaching.com/CC11.pdf>).
- Cantera, Javier (2003): *Coaching: mitos y realidades*. Pearson - Prentice Hall.
- Dilts, R. (2004a): *Coaching, herramientas para el cambio*, Barcelona, Urano.
- Dilts, R. (2004b): *Cómo cambiar creencias con la PNL*, Málaga, Sirio.
- Goldsmith, Marshall; Lyons, Laurence (2002): *Coaching. La última palabra en desarrollo de liderazgo*. Prentice Hall.
- Miedaner, Talane (2002): *Coaching para el éxito*. Editorial Urano.
- Menéndez, J. y Worth, C. (2003): *Abre el melón*, Madrid, Editorial Aguilar.
- Menéndez, J. (2011): *Principios del coaching*, Madrid, Bubok Publishing.
- Muradep, L. (2012): *Coaching para la transformación personal. Un modelo integrado de la PNL y la Ontología del lenguaje*, Buenos Aires, Granica.
- Seligman, M. (2011): *La vida que florece*, Barcelona, Ediciones B.
- Whitmore, John (2005): *Coaching. El método para mejorar el rendimiento de las personas*. Editorial Paidós.
- Wolk, L. (2007): *Coaching. El arte de soplar brasas*, Buenos Aires, Gran Aldea Editores (Colección Profesional).
- Zeus, Perry; Skiffington, Suzanne (2002): *Guía completa de coaching en el trabajo*. McGraw-Hill.
- Zeus, Perry; Skiffington, Suzanne (2004): *Coaching práctico en el trabajo*. McGraw- Hill.

Se ofrecerá una bibliografía complementaria a cada alumno/a dependiendo de los objetivos que vayan a trabajar en su proceso (gestión del tiempo, confianza en sí mismo, gestión del estrés, habilidades comunicativas, liderazgo, trabajo en equipo, etc.).

## 2. Métodos Docentes

El proceso de desarrollo personal fusiona diferentes metodologías, entre otras: coaching coactivo, ontológico, cognitivo, programación neurolingüística, coaching sistémico,

metodología de trabajo en equipo, herramientas para la gestión de la inteligencia emocional, etc. Este proceso no contempla el mentoring porque busca orientar al alumno/a a través de su propia reflexión, su búsqueda creativa de soluciones y la expansión de su pensamiento crítico. Los principales beneficios de esta metodología se reflejan en una mayor productividad y rendimiento académico, así como en la capacidad de adquirir con mayor rapidez determinadas herramientas personales que serán necesarias para su futuro profesional.

Las sesiones entre coach y alumno/a se desarrollarán de forma presencial, manteniendo el principio de confidencialidad. Después de la sesión, el/la alumno/a se compromete a desarrollar su plan de acción y a recoger sus avances en un documento que compartirá con su coach y con su tutor/a de empleabilidad.

### 3. Tiempo estimado de trabajo del estudiante

<b>Actividades presenciales</b>	<b>Nº horas</b>
Clases teóricas:	0
Clases prácticas:	8
Seminarios:	0
<b>Actividades no presenciales (trabajo autónomo del estudiante)</b>	
Preparación de actividades prácticas (ejercicios, trabajos individuales y/o en grupo, etc.)	20
Reflexión personal sobre el trabajo personal y las sesiones de coaching	22
<b>Carga total de horas de trabajo</b>	<b>50</b>

### 4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final

Las distintas actividades se evaluarán, por una parte, a través de la propia asistencia y participación de los alumnos a los talleres, entrevistas y tutorías. Por otra parte, la evaluación de las distintas actividades se llevará a cabo a través del portfolio final de Líderes para el Mundo (ver la Guía docente correspondiente).