

# MÓDULO 4: COACHING

## Reconocimiento de la fuerza



## METAS Y OBJETIVOS DE APRENDIZAJE DE LA ACTIVIDAD

### Objetivo nº 2

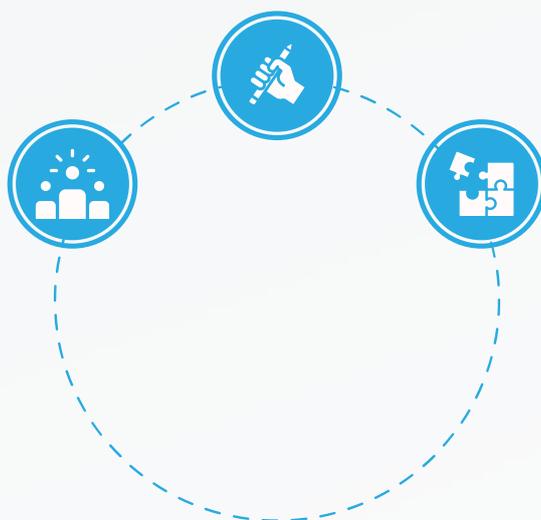
#### MEJORAR LA FIJACIÓN DE OBJETIVOS Y LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA

Al comprender los puntos fuertes y débiles, las oportunidades y las amenazas, los educadores pueden elaborar planes de acción realistas y específicos. Este enfoque estructurado del establecimiento de objetivos favorece el desarrollo personal y profesional, permitiendo a los educadores crear vías específicas de crecimiento.

### Objetivo nº 1

#### IDENTIFICAR Y RECONOCER LOS PUNTOS FUERTES (O FORTALEZAS) PERSONALES

El análisis DAFO permite a los educadores de adultos reconocer activamente y documentar los puntos fuertes de sus beneficiarios. Este autoconocimiento aumenta la confianza y proporciona claridad sobre lo que aportan a sus funciones de coaching, reforzando su eficacia a la hora de apoyar a las personas en recuperación.



### Objetivo nº 3

#### GENERAR CONFIANZA MEDIANTE LA AUTORREFLEXIÓN ESTRUCTURADA

La naturaleza sistemática del análisis DAFO permite a los educadores responsabilizarse de los puntos fuertes y las áreas de desarrollo. Este proceso de reflexión organizada fomenta la confianza, ayudando a los participantes a aprovechar sus cualidades de manera eficaz en su práctica de coaching.



Co-funded by  
the European Union



SOCIALINIS HUBAS



# MÓDULO 4: COACHING

## Reconocimiento de la fuerza



### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD Y MATERIALES

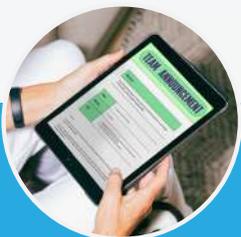
#### Descripción de la Actividad

1. Grupo destinatario - educadores de adultos, mentores del cambio
2. Duración - 1 hora.

1. Hojas de trabajo para el análisis DAFO, bolígrafos o lápices
2. Entorno seguro y de apoyo

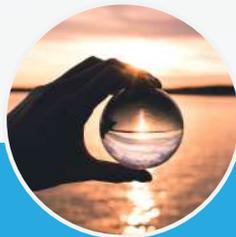
#### Materiales

## METODOLOGÍA UTILIZADA PARA ESTA ACTIVIDAD



#### APRENDIZAJE CONSTRUCTIVISTA

Mediante el análisis DAFO, los participantes construyen conocimiento estableciendo conexiones entre sus cualidades internas (puntos fuertes y débiles) y el entorno externo (oportunidades y amenazas).



#### APRENDIZAJE REFLEXIVO

El análisis DAFO fomenta una profunda autorreflexión, ya que los participantes analizan sus puntos fuertes, débiles, oportunidades y amenazas personales y profesionales. Este proceso introspectivo fomenta la autoconciencia y el pensamiento crítico, ayudando a los educadores a comprender mejor sus capacidades, sus retos y los factores externos que influyen en su trabajo.



#### APRENDIZAJE ORIENTADO A OBJETIVOS

El análisis DAFO conduce de forma natural a un aprendizaje orientado a la consecución de objetivos, ya que los educadores identifican los pasos a seguir en función de sus conclusiones. Este método les ayuda a fijar objetivos realistas y alcanzables, fomentando una experiencia de aprendizaje práctico que favorece el desarrollo personal y profesional.



#### APRENDIZAJE EXPERIMENTAL

Al participar activamente en su propio análisis DAFO, los educadores aprenden a través de la experiencia. Practican un enfoque estructurado y práctico de la autoevaluación que luego pueden aplicar a diferentes escenarios en su práctica de coaching o ayudar a utilizar a sus clientes. Este aprendizaje experimental refuerza el valor de la reflexión estructurada en el crecimiento profesional.



# MÓDULO 4: COACHING

## Reconocimiento de la fuerza



### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

#### Descripción:

Esta actividad introduce a los participantes en el análisis DAFO como herramienta para reconocer los puntos fuertes personales y profesionales. Los participantes completan un análisis DAFO estructurado, identificando sus puntos débiles (D), sus amenazas (A), sus fortalezas (F) y sus oportunidades (O). Mediante la autorreflexión y la orientación estructurada, adquieren una visión más profunda de sus capacidades y áreas potenciales de crecimiento. Este ejercicio contribuye al autoconocimiento, el establecimiento de objetivos y la planificación estratégica, que son esenciales en sus funciones como entrenadores que trabajan con personas en recuperación.

#### Etapas:

**1. Introducción (10 minutos):** Explique el propósito del análisis DAFO y cómo puede aplicarse a la autoevaluación y al desarrollo personal. Resuma cada uno de los componentes del DAFO: Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas.

**2. Análisis DAFO individual (20-30 minutos):** Distribuya las hojas de trabajo del análisis DAFO. Guíe a los participantes para que empiecen por los puntos fuertes y débiles, centrándose en las cualidades y aptitudes personales. A continuación, pasen a las Oportunidades (factores externos que podrían ayudarles a crecer) y las Amenazas (retos externos a los que se enfrentan en su función).

**3. Debate en grupo (opcional, 15-20 minutos):** en caso de que se tratase de un grupo, invita a los participantes a compartir una idea de su análisis. Fomente un debate respetuoso y de apoyo en el que los participantes puedan intercambiar ideas sobre cómo podrían aprovechar sus puntos fuertes o mitigar los retos.

**4. Fijación de objetivos y reflexión (10-15 minutos):** Pida a los participantes que establezcan 1-2 objetivos personales o profesionales basados en su análisis DAFO. Estos objetivos deben centrarse en potenciar los puntos fuertes, abordar los puntos débiles, aprovechar las oportunidades o gestionar las amenazas.

#### Consejos de facilitación:

Haga hincapié en que la actividad es para el autodesarrollo, y que compartir las percepciones personales es opcional.

Fomente la honestidad y la autocompasión, especialmente al identificar debilidades o amenazas.

Destaque que los objetivos deben ser realistas y centrarse en el crecimiento más que en la perfección.

#### Preguntas de reflexión:

- ¿Qué sintió al identificar sus puntos fuertes y débiles?
- ¿Qué aspectos te han sorprendido?
- ¿Qué medidas puedes tomar para potenciar tus puntos fuertes o hacer frente a posibles amenazas?

# MÓDULO 4: COACHING

## Reconocimiento de la fuerza



### FICHA DE ANÁLISIS DAFO

FORTALEZAS	DEBILIDADES
OPORTUNIDADES	AMENAZAS