

Sílabo del curso

Coaching

Marzo – julio 2025

VI Ciclo

Profesora

Adriana Delgado Luján

I. Datos generales del curso

Nombre del curso:	Coaching		
Prerrequisito:	Psicología del Desarrollo Humano	Código:	01507
Precedente:	No tiene	Semestre:	2025-1
Créditos:	3	Ciclo:	VI
Horas semanales:	3 horas	Modalidad del curso:	Presencial
Carrera(s)	Psicología Organizacional (obligatorio) Psicología (electivo)	Coordinadora del curso:	Varinia Bustos vbustos@esan.edu.pe

II. Sumilla

Este curso mayoritariamente práctico, introduce al alumno en el estudio y práctica del del Coaching Neurolingüístico y Ejecutivo, con un enfoque desde la neurociencia aplicada.

El curso tiene una propuesta de mejoramiento del potencial humano. Está estructurado para que los estudiantes puedan desarrollar habilidades blandas que les beneficien es su desempeño en los diferentes niveles: personal, académico y/o laboral.

Promueve la comprensión de la relación entre la salud (física, mental y emocional), la productividad y el desempeño óptimo en la práctica organizacional. Se fomentará así mismo en los participantes el desarrollo de su propio potencial a partir de la propuesta de un conjunto de conocimientos, herramientas, técnicas y estrategias.

III. Objetivos del curso

El objetivo del curso es transmitir a los alumnos la importancia del Coaching, como proceso de apoyo continuo y sostenible basado en el diálogo, la reflexión y la acción, facilitador de cambio para objetivos concretos tanto al nivel personal como organizacional; aplicable en la vida personal y organizacional.

Al efecto, se introduce a los alumnos al estudio y la práctica del Coaching, desde sus orígenes, fundamentos, estructura, proceso, técnicas y herramientas haciendo hincapié en los diversos procesos cognitivos implicados y las bases neurales estructurales, presentando transversalmente aportes científicos existentes. Así mismo, se promueve la comprensión de la persona integralmente: mente, cerebro y organismo, y como ser, individual, social y organizacional. Finalmente, se lleva a los alumnos a la comprensión de la relación entre la salud (física-mental-emocional), el bienestar y la productividad y el desarrollo de competencias y desempeño óptimo en la práctica empresarial.

El curso esta dividido en tres unidades: Unidad I: origen, diferentes tipos de coaching, fundamentos, estructura, proceso y herramientas internas del coaching. Unidad II: emociones, objetivos y opciones en el proceso de coaching, así como el plan de acción y, Unidad III: Coaching Ejecutivo y Organizacional: programa, metodología, evaluación 360°, creencias y competencias, ética en el Coaching y en el uso de la Inteligencia artificial.

IV. Resultados de aprendizaje

Al finalizar el curso el alumno:

- ✓ Identifica: definiciones, orígenes, bases, principios y estructura del proceso de Coaching, así como la diferencia con otros tipos de disciplinas de desarrollo personal.
- ✓ Atribuye al coach, coachee y al proceso en sí, las funciones y acciones que le corresponden, en una mirada integral de la persona humana: mente, cerebro y organismo y al nivel individual, académico y organizacional.
- ✓ Comprende las bases neurales que sustentan los procesos de aprendizaje y cambio, entendiendo la importancia de la neuroplasticidad y epigenética.
- ✓ Comprende las definiciones básicas y características de las emociones para generar el cambio y la inteligencia emocional, así como su relación con la productividad.
- ✓ Conoce y valora la importancia del cambio transformacional en la estructura de pensamiento, desarrollo de competencias de escucha, de cuestionamiento y atribuye al coachee la capacidad de encontrar sus propias respuestas.
- ✓ Formula preguntas poderosas que permitan acceder al conocimiento del potencial humano. Identifica los elementos del Coaching Ejecutivo y organizacional, la importancia de la herramientas de diagnóstico y de ejecución.
- ✓ Reconoce el perfil de un coach ejecutivo como medio para promover la experiencia transformadora del coachee, desde la perspectiva de los requerimientos de la organización.
- ✓ Integra el concepto de la ética, en el accionar del coachee de acuerdo a la mística y al código profesional e institucional. Reconoce el uso ético de la inteligencia artificial.

V. Metodología

El curso es mayoritariamente práctico.

La parte teórica, se desarrollará con estrategias de neuroeducación, motivando la participación activa de los alumnos, buscando el cuestionamiento de la propia percepción, el debate y la construcción de el aprendizaje compartido.

La parte práctica, se desarrollará a lo largo del curso en cada sesión, mediante “*Dúos de aprendizaje*”. El propósito es afianzar el aprendizaje y la vivencia personal de cada estudiante, como coach y coachee (cliente). De igual forma, habrá prácticas individuales y en grupo.

Se desarrollará exposiciones explicativas de los nuevos conceptos basados en evidencia científica, y con una serie de dinámicas que permitan a los alumnos conocer los fundamentos del coaching, en un concepto de integralidad, a través de ejercicios personales y de interrelación con los demás.

Se crearán espacios de aprendizaje por medio de lecturas, análisis de textos, videos, y actividades que permitan la interacción de los alumnos de forma sincrónica y asincrónica.

Las sesiones de clase se desarrollarán de manera sincrónica en los horarios establecidos.

VI. Evaluación

El sistema de evaluación es continuo. La nota de la asignatura se obtiene promediando la evaluación permanente (70%) y el trabajo individual final (30%).

Las ponderaciones al interior de la evaluación permanente se describen en el cuadro siguiente:

PROMEDIO DE EVALUACIÓN PERMANENTE (PEP) 70%		
Tipo de evaluación	Descripción	Ponderación %
Control de lectura	1	8
Coaching Neurolingüístico Prácticas Dúo de aprendizaje	6 fichas de trabajo	24
Mapa conceptual	1	8
Coaching Ejecutivo Prácticas Dúo aprendizaje	6 fichas de trabajo	24
Actividades y participación durante clase	Participación de actividades que se ponen antes y en clase: Foros de: Videos, preguntas, artículos, dinámicas y ejercicios.	6

EVALUACIÓN FINAL (EF) 30%		
Trabajo individual integrador (Dúo de aprendizaje)	1 TI	15
Sesión de coaching abierta Role play	1	15

$$PF = (0,70 \times PEP) + (0,30 \times EF)$$

Dónde:

PF = Promedio Final

PEP = Promedio de evaluación permanente

EF = Evaluación

VII. Contenido programado

SEMANA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES / EVALUACIÓN
1° Del 17 al 23 de marzo	INTRODUCCIÓN AL COACHING 1.1 Introducción al Coaching 1.2 Roles en el Coaching 1.3 Tipos de coaching 1.4 El círculo vicioso y el pensamiento 1.5 Una mirada a la Neurociencia	Presentación/ Presentación del sílabo y de la teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica personal: Ficha de trabajo 0
2° Del 24 al 30 de marzo	FUNDAMENTOS DEL COACHING 2.1 Principios que rigen el coaching 2.2 La importancia del Rapport 2.3 Estructura sesión Modelo Grow 2.4 Comunicación efectiva 2.5 Neurociencia aplicada, bienestar y Coaching	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 1 Lecciones aprendidas
3° Del 31 de marzo al 06 de abril	PROCESO DE COACHING, ESTRUCTURA Y HERRAMIENTAS INTERNAS 3.1 Preguntas poderosas 3.2 Estructura del proceso de coaching 3.3 Los valores y el coaching 3.4 Neurociencia: herramientas internas.	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 2 Lecciones aprendidas Control lectura N° 1
4° Del 07 de abril al 13 de abril	LAS EMOCIONES EN EL COACHING 4.1 Sesiones: acción y reacción 4.2 Neurociencia y emociones 4.3 Emoción y razón 4.4 Inteligencia emocional y coaching 4.5 Gestión emocional y productividad	Repaso sesión anterior Teoría de a de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 3 Lecciones aprendidas
5° Del 14 de abril al 20 de abril	LOS OBJETIVOS EN EL PROCESO DE COACHING 5.1 Realidad – situación actual	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje

	del coachee (cliente) 5.2 Lineamientos para establecer objetivos 5.3 Los objetivos en el proceso de coaching 5.4 Las creencias limitantes 5.5 El poder de las creencias	Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 4 Lecciones aprendidas
6° Del 21 de abril al 27 de abril	EXPLORACIÓN DE OPCIONES EN EL PROCESO 6.1 Sesiones y acciones en el proceso 6.2 Proceso de toma de decisiones 6.3 Actitud 6.4 Percepción y sensación	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 5 Lecciones aprendidas
7° Del 28 de abril al 04 de mayo	EL CAMBIO Y EL CÍRCULO VICIOSO 7.1 El lenguaje de la corporalidad 7.2 El círculo vicioso y el pensamiento 7.3 Cambio y aprendizaje	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 6 Lecciones aprendidas Mapa conceptual
8° Del 05 de mayo al 11 de mayo	COACHING EN LA ORGANIZACIÓN 8.1 Coaching Ejecutivo y Organizacional 8.2 Metodologías 8.3 El diagrama de la flecha	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Lecciones aprendidas
9° Del 12 de mayo al 18 de mayo	COACH Y COACHEE EJECUTIVO 9.1 Perfil de coach ejecutivo 9.2 Perfil del coachee ejecutivo 9.3 Las competencias y su utilidad 9.4 Microconductas y competencias	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 7 Lecciones aprendidas
10° Del 19 de mayo al 25 de mayo	COACHING EJECUTIVO 10.1 Etapas 10.2 Fases clave 10.3 Beneficios para el líder y la organización 10.4 ¿Quién lo requiere? ¿Porqué? y ¿Para qué?	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje:

	10.5 Coaching ejecutivo y productividad / rendimiento	Ficha de trabajo 8 Lecciones aprendidas
11° Del 26 de mayo al 01 de junio	METODOLOGÍA 11.1 Triangulación 11.2 Sesiones y clasificación 11.3 Diagnóstico 11.4 Balance Scorecard	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 9 Lecciones aprendidas
12° Del 02 de junio al 08 de junio	HERRAMIENTAS DE DIAGNÓSTICO EVALUACIÓN 360° 12.1 Herramientas de diagnóstico 12.2 Evaluación 360° 12.3 Utilidad de la evaluación 360° 12.4 Pasos a seguir 12.5 Utilidad	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica Dúo de aprendizaje: Ficha de trabajo 10 Lecciones aprendidas
13° Del 09 de junio al 15 de junio	DESARROLLO DE COMPETENCIAS 13.1 Definición de competencia y componentes 13.2 Coaching y desarrollo de competencias 13.3 Competencia situacional 13.4 Gestión del tiempo	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica de equipo: Ficha de trabajo 11 Lecciones aprendidas
14° Del 16 de junio al 22 de junio	PLAN DE ACCIÓN 14.1 Creencias limitantes 14.2 Plan de acción 14.3 Focalización estructura y perseverancia 14.4 El cambio empieza en el cerebro	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje Práctica de equipo: Ficha de trabajo 12 Lecciones aprendidas
15° Del 23 de junio al 29 de junio	ÉTICA DEL COACHING 15.1 La mística profesional 15.2 El código profesional de la conducta profesional	Repaso sesión anterior Teoría de la sesión con estrategias de neuroeducación/ Construcción conjunta del aprendizaje

	15.3 La formación en el coaching profesional 15.4 Uso de la inteligencia artificial	Lecciones aprendidas <i>Entrega de trabajo integrador</i>
16° Del 30 de junio al 06 de julio	SESIÓN DE COACHING ABIERTA - ROLE PLAY	Participación de todos los alumnos

VIII. Bibliografía

- Blackburn, Elizabeth. 2017. La solución de los telómeros. Primera edición, Buenos Aires.
- Castellanos, Nazareth. 2022. La neurociencia del cuerpo, como el cuerpo esculpe al cerebro. https://youtu.be/KjCVjDP99rU?si=ODWKu6l_7yQI7W4F
- Cobey, S.R. 2005. Los 7 hábitos de la gente altamente productiva (1ra edición). Barcelona.
- Del Rosario, David. 2023. La Neurociencia aplicada al día a día. <https://youtu.be/nJMwKB5JAuU?si=qm9iLwTXJyO4vUSW>
- Duhne, Carmen. 2007 Coaching ejecutivo: una opción práctica para lograr el desarrollo de la gente.
- García-Molina, A. Phineas Gage y el enigma del córtex prefrontal. 2011. Institut Universitari de Neurorehabilitació Guttmann, Universidad Autónoma de Barcelona, España. Vol. 27. Núm. 6. Página 370. <https://www.elsevier.es/es-revista-neurologia-295-articulo-phineas-gage-el-enigma-del-S0213485310001581>
- Gil Sanguinetti, Fernando. 2018. Coaching Neurolingüístico. Un camino hacia los resultados extraordinarios. Jamming Ediciones. Lima, Perú.
- Gil Sanguinetti, Fernando. 2017. Coaching Ejecutivo. Desarrollando talento en la empresa. Jamming Ediciones. Lima, Perú.
- Goleman, Daniel. 1996. Inteligencia emocional. Editorial Kairos. España.
- Goleman, Daniel y Davidson, Richard J. 2018. Rasgos Alterados. La ciencia revela como la meditación transforma la mente, el cerebro y el cuerpo. México.
- Lipton H., Bruce. 2011. Gaia ediciones. Madrid, España.
- Lipton H., Bruce. 2010. La biología de la creencia. Madrid, España. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1364661304001433>
- Lluch, Laia de la Vega, Iolanda Nieves. 2019. El ágora de la neuroeducación: La neuroeducación explicada y aplicada. Ediciones Octaedro, S.L. España.
- O'Connor, Joseph y Seymour, John. 2007. Introducción a la Programación Neurolingüística. Editorial Urano. Barcelona, España.
- Rojas Estapé, Marian. 2022. La Neurociencia de las emociones. <https://youtu.be/TjgrualxgkI?si=0NnCO2-UKxWeULWW>
- Ruiz, Miguel. 2011. LOS CUATRO ACUERDOS. Un libro de la sabiduría Tolteca. Ediciones Urano. Barcelona, España.
- Velazco, Carlos. 2010. Las enseñanzas del caballero de la armadura oxidada. Ediciones Obelisco.
- Villa Casal, Juan Pablo y Caperán Vega, José Ángel. 2014. Manual de Coaching como mejorar el rendimiento de las personas. Editorial Profit. España

IX. Profesora

Certificación internacional en Coaching Neurolingüístico, Ejecutivo y de Vida, Jamming Escuela de Coaching y PNL. Magister © en Neurociencia de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, MBA de la Universidad del Pacífico y egresada de la maestría de Derecho Internacional Económico de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Diplomada en: Acompañamiento Espiritual y Acompañamiento en Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola, Universidad Ruiz de Montoya, S.J. Lima, Perú; Divulgación Científica, Coaching educativo y Neurociencia de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, Neuroeducación de la Universidad Católica de Costa Rica; Gerencia Ambiental Internacional y, Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad ESAN, y Tributación de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Abogada de la Universidad Católica de Santa María. Experiencia en los sectores público y privado como abogada, asesora y consultora; cargos en gerencia legal, administrativa y gerencia general. Abogada y consultora en etapa preoperativa y operativa de exploración minera. Investigadora asociada del Laboratorio de Electrofisiología Cognitiva con uso de Electroencefalograma (EEG) de la Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur, UNTELS. Profesora a tiempo parcial de la Universidad ESAN. Emprendedora y socia fundadora IneuroAV, www.ineuroav.com.
