

# COACHING EN LA LABOR EDUCATIVA DE LOS PADRES

Impacto de sesiones de coaching en la labor educativa de los padres en el ámbito familiar.

**Estefanía Zardoya y Alicia López**

Coaches individuales y Coaches de Equipos por  
International Coaching Community

# Impacto de sesiones de coaching en la labor educativa de los padres en el ámbito familiar.

Abstract sobre el proyecto de investigación acerca del impacto que las sesiones de coaching tienen en la labor educativa correspondiente a padres y madres dentro del ámbito familiar.

**Autora:** Alicia López

**Autora:** Estefanía Zardoya

# Sobre las Autoras:

## Alicia López García

Profesora especialista en Educación Infantil en el Colegio La Salle de Santiago de Compostela. Pedagoga. Durante diez años ha coordinado la formación de padres de alumnos elaborando y desarrollando temas de interés en el entorno educativo familiar.

La Inteligencia Emocional constituye un eje básico de su trabajo en el aula, así como el desarrollo de la actividad en la misma desde las Inteligencias Múltiples.

Creadora y responsable de la puesta en marcha de la etapa de Educación Infantil en el colegio Alca de Santiago de Compostela. Coordinadora de profesores de la etapa infantil en ese mismo colegio.

Ha creado y desarrollado un modelo de Evaluación formativa, sistemática e informatizada para alumnos de educación infantil y primer ciclo de educación primaria. Este trabajo ha sido publicado en la revista "Innovación educativa" de la Universidad de Santiago de Compostela.

Coach individual y Coach de Equipos certificada por International Coaching Community, con formación en Programación Neuro-lingüística e Inteligencia emocional.

## Estefanía Zardoya

Licenciada en Medicina y Cirugía por la USC en 2002. Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria en CHUAC. Certificado de Estudios Avanzados y Grado de Suficiencia investigadora por UDC en 2006. Publicaciones médicas en revistas nacionales y en formato electrónico.

Vinculación desde 2011 como personal estatutario fijo del Servicio Galego de Saúde como Médico de Urgencias Extra hospitalarias en PAC de Vimianzo (A Coruña).

Cooperante voluntario desde 2009 con la ONG Ecodesarrollo Gaia de A Coruña con Proyectos de Salud en Yoff (Senegal).

Coach individual y Coach de equipos certificada por International Coaching Community, con formación en PNL e Inteligencia Emocional.

Desde 2013 docente en el ámbito del coaching en salud aplicado a comunicación, cambio de hábitos, nutrición y salud biopsicosocial.

## Supervisión de la investigación: Daniel Álvarez Lamas

# AYUDA EFICAZ DEL COACHING A LA LABOR EDUCATIVA DE LOS PADRES

## INTRODUCCIÓN

La entrada en la maternidad/paternidad conlleva amplias transformaciones en la vida de las personas dado que constituye un continuo y complejo proceso de adaptación a un nuevo rol que implica nuevas responsabilidades que habrá que afrontar. Los programas de formación de madres y padres constituyen un campo de intervención familiar que ocupa en la actualidad un lugar preferente en las políticas sociales de la mayoría de los países desarrollados.

El coaching es una herramienta de gran utilidad para personas sometidas a procesos de cambio, situaciones de gran carga emocional o necesidad de profundizar en uno o varios aspectos de su vida.

En los últimos años esta metodología ha cobrado gran relevancia en distintos ámbitos entre ellos el educativo y el de la salud donde se utiliza con resultados demostrados como nueva tendencia en la promoción y educación sanitarias, encaminado a lograr el empoderamiento y autocontrol de pacientes. Asumimos, entonces, que puede suceder de igual manera, para los padres en relación con la educación de sus hijos aunque no existían experiencias previas en la literatura similares a esta.

## OBJETIVO

Confirmar la efectividad de las sesiones de coaching bien sean grupales bien individuales como refuerzo a talleres de formación respecto al formato tradicional que sólo incluiría los talleres formativos entendidos como “educación de experto” para padres de niños de 3 a 5 años.

## METODOLOGÍA

La investigación presenta un diseño combinado cuantitativo y cualitativo. En la parte cuantitativa utilizaremos un modelo preexperimental de pretest-posttest. En la cualitativa utilizaremos un modelo basado en grupos de discusión. Se estudió una población de 25 padres de niños entre 3-5 años. El programa consistía en la combinación de sesiones de formación para padres con el formato de taller teórico práctico, con sesiones de coaching, bien grupales o bien individuales.

Se aplica ANOVA para contrastar la igualdad de medias de las tres poblaciones independientes y con distribución normal. Además se realiza un análisis de componentes principales que agrupan los ítems del cuestionario/variables, en tres dimensiones principales que explicarían en su mayoría las causas de la variabilidad de los datos.

El grupo de discusión se analizó desde un punto de vista cualitativo a partir de la transcripción de la grabación de la sesión completa de 20 minutos de duración y también, a partir de un cuestionario realizado al terminar el programa. Así mismo se realizará también un análisis de la mejoría percibida obtenido a partir de las respuestas a un cuestionario cumplimentado por la pareja de los asistentes al taller.

## RESULTADOS

Analizando la prueba de muestras relacionadas, hemos observado, diferencias estadísticamente significativas en los tres grupos en la variable: Frecuencia con que levantan la voz para que sus hijos les obedezcan. En el grupo de sólo taller aparece significación estadística en otras tres variables: Frecuencia con que se saltan una norma de las que proponen a sus hijos, Sensación de humor ansioso y sensación de tensión cuando sus hijos han estado enfermos, pudiéndose apreciar la disminución de niveles de ansiedad y tensión en los padres ante la enfermedad de sus hijos al finalizar el programa. Además la variable: Frecuencia con que se saltan una norma de las que proponen a sus hijos también aparecen diferencias entre antes y después del programa reduciéndose las medias significativamente al finalizar en los tres grupos aunque sólo se alcanza la significación estadística en el de solo taller. Así mismo la variable: Expresar las conductas inaceptables de sus hijos en forma de regla clara se objetiva un aumento en la media de manera que los padres se expresan más claramente a la hora de expresar las conductas inaceptables de sus hijos tras finalizar el programa objetivando diferencias estadísticamente significativas en el grupo de taller y coaching grupal.

En la parte cualitativa, se han constatado en el análisis de la conversación, cambios reflejados explícitamente cambios en los siguientes ámbitos: Autoconocimiento, pensamiento, conducta/comportamiento, sensaciones/estado y gestión emocional .

Se ha analizado también el beneficio percibido en la dinámica familiar global, a través de un cuestionario realizado a las parejas de los asistentes al programa. Cabe destacar que el 90.47% de los encuestados, perciben mayor seguridad en las decisiones que toman en relación con sus hijos, en el miembro de la pareja que asistió al programa. El 85,71% mayor tranquilidad en su pareja, a la hora de manejar las situaciones con sus hijos. El 81% percibe que su pareja dispone de más recursos a la hora de gestionar las situaciones de la vida diaria con sus hijos y el 90,47% considera que ha mejorado en global el día a día en familia, tras la asistencia de su pareja al programa.

## CONCLUSIONES

Hemos podido constatar a través del análisis cuantitativo y cualitativo, aún a pesar del tamaño muestral, la hipótesis inicial para la que se diseñó el estudio, objetivando el impacto de la sesiones

de coaching tanto individual como grupal en la dinámica familiar de los padres en relación con sus hijos en diferentes variables. Además se ha observado que tras cualquiera de los formatos del programa de formación propuesto se obtiene mejoría en dimensiones como el autocontrol y la gestión emocional, la seguridad en la toma de decisiones y cambios conductuales en el ámbito familiar . El coaching individual y grupal mejora significativamente la adherencia al programa de los padres ya que son los de estos grupos llegan al final en el 100% de los casos.

## PALABRAS CLAVE

Coaching, educación, programa de formación, padres.