

Guion de Sesiones de Coaching Grupal o de Equipo

Tiempo	Actividad	Objetivo	Notas/Observaciones
10 min	Bienvenida, presentación del coach y acuerdos iniciales. Explicar el propósito del encuentro y la dinámica general de la sesión.	Generar un ambiente de confianza, establecer reglas básicas de respeto y confidencialidad, y alinear expectativas desde el inicio.	
15 min	Dinámica rompehielos adaptada al grupo (ejemplo: presentación cruzada, juego de conexión o ejercicio de respiración consciente en equipo).	Fomentar la apertura, romper la tensión inicial y facilitar que los participantes se sientan cómodos interactuando entre ellos.	
30 min	Exploración del tema central de la sesión a través de preguntas poderosas y diálogo guiado. Se recomienda dividir en parejas o subgrupos y luego compartir en plenaria.	Facilitar la reflexión colectiva, identificar percepciones comunes y explorar los retos u oportunidades que el equipo enfrenta en el presente.	
40 min	Trabajo colaborativo en subgrupos: actividades prácticas, dinámicas de resolución de problemas o simulaciones de escenarios relacionados con el tema.	Impulsar la colaboración, la creatividad y la construcción de soluciones conjuntas que fortalezcan la cohesión del equipo.	
20 min	Síntesis de aprendizajes: el coach facilita una lluvia de ideas para recoger conclusiones, aprendizajes individuales y colectivos. Se puede construir un mural visual con los aportes.	Integrar lo aprendido, consolidar ideas clave y reconocer los aportes de cada miembro del grupo para reforzar el compromiso colectivo.	
20 min	Acciones y compromisos: cada participante define un compromiso personal y el equipo acuerda al menos dos acciones colectivas concretas para aplicar en su entorno laboral o grupal.	Asegurar que la sesión se traduzca en pasos accionables, fortaleciendo la rendición de cuentas y la orientación a resultados.	
10 min	Cierre y agradecimientos: espacio para compartir emociones finales, aprendizajes personales y palabras de cierre del coach. Puede incluir un breve ejercicio de visualización positiva.	Cerrar la sesión en un tono positivo, reforzar la motivación y reconocer el valor de la participación de cada integrante.	