



LAUNCH PAD
Inclusive Business Launch Pad



Guía del alumn@: Inclusive Business LaunchPad Circles

 iblaunchpad.eu

 Inclusive Business LaunchPad



FH JOANNEUM
University of Applied Sciences



"El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye un respaldo de su contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores. La Comisión no puede ser considerada responsable de cualquier uso que se haga de la información contenida en la misma."



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Índice

Visión general **3**

Introducción al proyecto	4
Introducción para los participantes	4
¿Qué son los círculos IBL?	5
Creación de círculos IBL	6
La filosofía de los círculos de coaching	7
La filosofía de los círculos	8
Figura 1: Proceso de aprendizaje activo	9
Figura 2: Ciclo de aprendizaje experiencial de Kolb (1975)	10
Pensar, actuar, reflexionar	11

Círculos de coaching en acción **12**

Objetivo de los círculos	13
Círculos: Información	14
Círculos: Una guía paso a paso para usted	14
Contratación y Administración	20
Presentarse a los demás	21
Introducción a la metodología de los círculos	22
La técnica del interrogatorio	22
Normas básicas y expectativas	23
Círculos de Discusión	26
Deberes	28

El proceso de aprendizaje virtual **29**

Círculos en línea	30
WhatsApp	31
Organización y logística	31
Información adicional	32
Herramientas y recursos	32
Documentación	33

Formulario de Acuerdo de Aprendizaje **34**

NOMBRE DE LA ORGANIZACIÓN	35
Círculos de lanzamiento de negocios inclusivos:	
Formulario de evaluación de las competencias interpersonales	36
Círculos de lanzamiento de negocios inclusivos:	
Formulario de evaluación de la sesión	37
Círculos de lanzamiento de negocios inclusivos:	
Formulario de evaluación final	28

Socios **39**



Capítulo 1: Visión general

Introducción al proyecto

El Inclusive Business Launchpad (IBL) es un programa acelerador para empresarios desfavorecidos en microempresas que promueve la igualdad de oportunidades ofreciendo formación a empresarios infrarrepresentados o desfavorecidos. Esto incluye (pero no se limita a) los inmigrantes, las personas con discapacidad, las familias monoparentales, las personas mayores de 50 años y las mujeres que están subrepresentadas en el mundo empresarial.

Los Círculos IBL fueron la continuación de la formación IBL y se llevaron a cabo dos fases piloto en cuatro países socios:

- Inova Consultancy (Reino Unido)
- Inova Aspire (Países Bajos)
- FH Joanneum (FHJ) (Austria)
- Centro de Innovación Social - CSI (Chipre)

Tras el Piloto 1, el 95% de los participantes coincidieron en que recomendarían los Círculos a otras personas y, tras el Piloto 2, esta cifra aumentó al 100%. Esta mejora refleja que los socios introdujeron cambios en el programa basándose en los comentarios de los participantes y para satisfacer las necesidades requeridas. Los materiales y recursos desarrollados por la asociación y que se muestran en esta guía reflejan estos cambios después de todos los proyectos piloto para garantizar un producto de alta calidad que ha demostrado tener un impacto positivo en los participantes. A continuación figuran algunas citas de los participantes en los proyectos piloto:

"La formación fue inspiradora" Participante en el IBL 2022

"El curso adecuado en el momento adecuado. Potenciador, atractivo y motivador". Participante en la IBL 2022

"Este programa nos ha dado una visión de nuestras propias capacidades y nos ayuda a priorizar y poner planes en marcha" Participante IBL 2023

Introducción para los participantes

IBL impartirá formación sobre cómo puedes acelerar tu negocio a través de una combinación de formación presencial y Círculos de apoyo entre iguales (adaptados de la metodología Circles™ de Inova Consultancy).

Los círculos se ofrecen a los empresarios que cumplen los criterios establecidos y están elaborando planes firmes para hacer crecer y desarrollar su negocio. Es muy probable que haya completado la primera fase de la formación antes de comenzar los Círculos IBL, ya que el reclutamiento para los Círculos suele tener lugar durante la última sesión de su formación en Inclusive Business Launchpad.

El objetivo del programa es apoyarle a usted, el/la empresari@, con formación adicional para ayudarle a hacer crecer su negocio y para que amplíe aún más sus ideas empresariales y explore nuevas oportunidades de crecimiento.

El proyecto está cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Comisión Europea. Para más información, visite

- Sitio web del IBL: <https://iblaunchpad.eu/>
- La página de Facebook del IBL <https://www.facebook.com/IBLaunchpad/>

¿Qué son los Círculos IBL?

Los Círculos IBL se basan en una innovadora metodología de formación para el desarrollo personal establecida por Inova Consultancy Ltd. Basados en técnicas de aprendizaje en la acción, coaching y mentoring, los

Los círculos utilizan ejercicios y herramientas de autorreflexión para ayudarte a ti y a tus compañeros a ganar confianza y autoeficacia y a desarrollar una serie de competencias interpersonales necesarias para crear una empresa.

Los Círculos IBL le permitirán:

- Mejorar la autorreflexión.
- Aumentar la confianza.
- Desarrollar técnicas de fijación de objetivos.
- Desarrollar habilidades interpersonales que son importantes para tener éxito en los negocios.
- Gestionar el estrés, los cambios, los conflictos, etc.
- Aumentar la autoeficacia y la asertividad en el ámbito profesional.

Echa un vistazo al siguiente vídeo para conocer mejor los Círculos.

<https://www.youtube.com/watch?v=LAbwRFRTxeU>

Creación de los Círculos IBL

Los Círculos de IBLse han adaptado a partir de la metodología original de los Círculos de Consultoría Inova. Para ello, todas las organizaciones asociadas al IBL han llevado a cabo una investigación exhaustiva. La investigación puso de relieve las necesidades, las lagunas y los retos del grupo objetivo y apoyó el desarrollo de la formación y los Círculos IBL para apoyar el crecimiento empresarial y la expansión de cada microempresa.

Los Círculos de IBL están abiertos a cualquier persona que complete la formación "Accelerator Business Launch Pad", especialmente a aquellos que se hayan fijado objetivos de crecimiento específicos durante la formación y que se beneficiarán de un mayor apoyo para ponerlos en marcha....

El IBL se dirige a los empresarios de pequeñas empresas y microempresas de colectivos que se enfrentan a retos específicos en un mundo empresarial post COVID.

Esto incluye, pero no se limita a:

- Migrantes
- Familias monoparentales
- Personas con discapacidad
- Más de 50 años
- Mujeres/hombres en ámbitos no tradicionales

La investigación identificó los principales retos a los que se enfrenta el grupo destinatario:

1. Falta de acceso a redes
2. Falta de comprensión cultural y empresarial
3. Falta de formación accesible y apoyo específico
4. Heterogeneidad del grupo destinatario
5. Barreras lingüísticas y de comunicación
6. Falta de conocimientos técnicos o de herramientas empresariales
7. Conciliación de la vida laboral y familiar
8. Falta de motivación con el aprendizaje en línea

A través de los Círculos IBL, la formación y el portal de aprendizaje en línea, se abordarán las preocupaciones anteriores, permitiéndole a usted y a sus compañeros crecer y desarrollar la confianza y la capacidad añadida para mejorar el negocio elegido.

Esta guía del participante le presentará el programa Círculos IBL como apoyo a su aprendizaje. Todos los facilitadores que le impartan la formación tendrán experiencia y habrán recibido formación en "Círculos" por parte de Inova Consultancy Ltd.

La filosofía de los Círculos de Coaching

Los Círculos IBL te ofrecen la oportunidad de desarrollar tu confianza y tus habilidades interpersonales en un entorno seguro. Nuestro principal objetivo es ayudarte a dar pasos positivos hacia el crecimiento de tu negocio, al tiempo que refuerzas tu confianza en ti mismo y tu resiliencia.

La confianza en uno mismo es clave para progresar como empresari@. Los Círculos fomentan el desarrollo de tu confianza para que puedas impulsar tus ideas y dar pasos prácticos para crecer a nivel personal y empresarial.

Algunos factores clave a tener en cuenta al participar en los Círculos:

- **Compartir:** IBL Circles te permite compartir tus retos, problemas, cuestiones u oportunidades con tus compañeros.
- **Confianza:** Los Círculos IBL te proporcionan un entorno seguro, aunque estimulante, en el que recibirás apoyo para desarrollar ideas y acciones que te ayuden a desarrollarte personal y profesionalmente.
- **Desafío:** Se generarán y debatirán opciones de actuación. Se le animará a desafiarse a sí mismo y a salir de su zona de confort.
- **Planificación de acciones:** Se ayudará a cada participante a encontrar los próximos pasos para avanzar en la consecución de sus objetivos.
- **Autorreflexión:** Los círculos de coaching deben fomentar la autorreflexión y la confianza en uno mismo.

Además de lo anterior, tendrás la oportunidad de:

- Reúnase y establezca contactos con otros empresarios que se enfrentan a problemas similares.
- Hacer nuevos amigos/contactos y ampliar las redes.

La filosofía de los círculos

La metodología de los Círculos se utiliza desde 2001 y ha demostrado su eficacia en el apoyo al desarrollo personal de grupos previamente seleccionados, como las mujeres que se reincorporan al trabajo tras una interrupción de su carrera profesional y los jóvenes que no cursan estudios, ni trabajan, ni reciben formación (NEET). La metodología ha recibido un amplio reconocimiento por la calidad de sus materiales y su contenido innovador (Inova fue reconocida en 2008 por el desarrollo y el uso con éxito de la metodología con mujeres empresarias por SFEDI–Small Firms Enterprise Development Initiative).

A diferencia de los cursos de formación tradicionales, se le anima a encontrar sus propias respuestas a los retos a los que se enfrenta. Este conocimiento suele estar ya presente; los Círculos ayudan a los participantes a descubrirlo compartiendo y aprendiendo unos de otros. El concepto de los Círculos se basa en el proceso de aprendizaje como un viaje que te obliga a reflexionar, explorar y revelar lo que necesitas saber. Algunos conocimientos ya están dentro y hay que sacarlos adelante, y el conocimiento compartido y el aprendizaje de los demás pueden ser valiosos.

Un Círculo no consiste en *dar consejos*, algo que debe evitarse. El facilitador le ayudará a centrarse en el uso de *preguntas* para ayudar a los miembros del grupo a revelar sus propios puntos de vista. Esto puede hacerse a través de debates en grupo, la realización de ejercicios y/o preguntas guiadas de los compañeros del grupo.

Por ejemplo, en las secciones de preguntas guiadas de los Círculos IBL, tú y tus compañeros hablaréis por turnos de vuestro reto, problema u oportunidad empresarial y los demás miembros del grupo os harán preguntas. El facilitador asignará un tiempo a cada participante.

El cuestionamiento es un descubrimiento, un intento de comprender mejor las cuestiones subyacentes que sería fructífero explorar más a fondo. Del mismo modo, al realizar ejercicios de autodesarrollo o autorreflexión, se le animará a cuestionar sus respuestas y a ayudar a otros miembros del grupo a preguntarse por qué han respondido a un ejercicio de determinada manera. Este proceso refuerza el desarrollo de la autorreflexión.

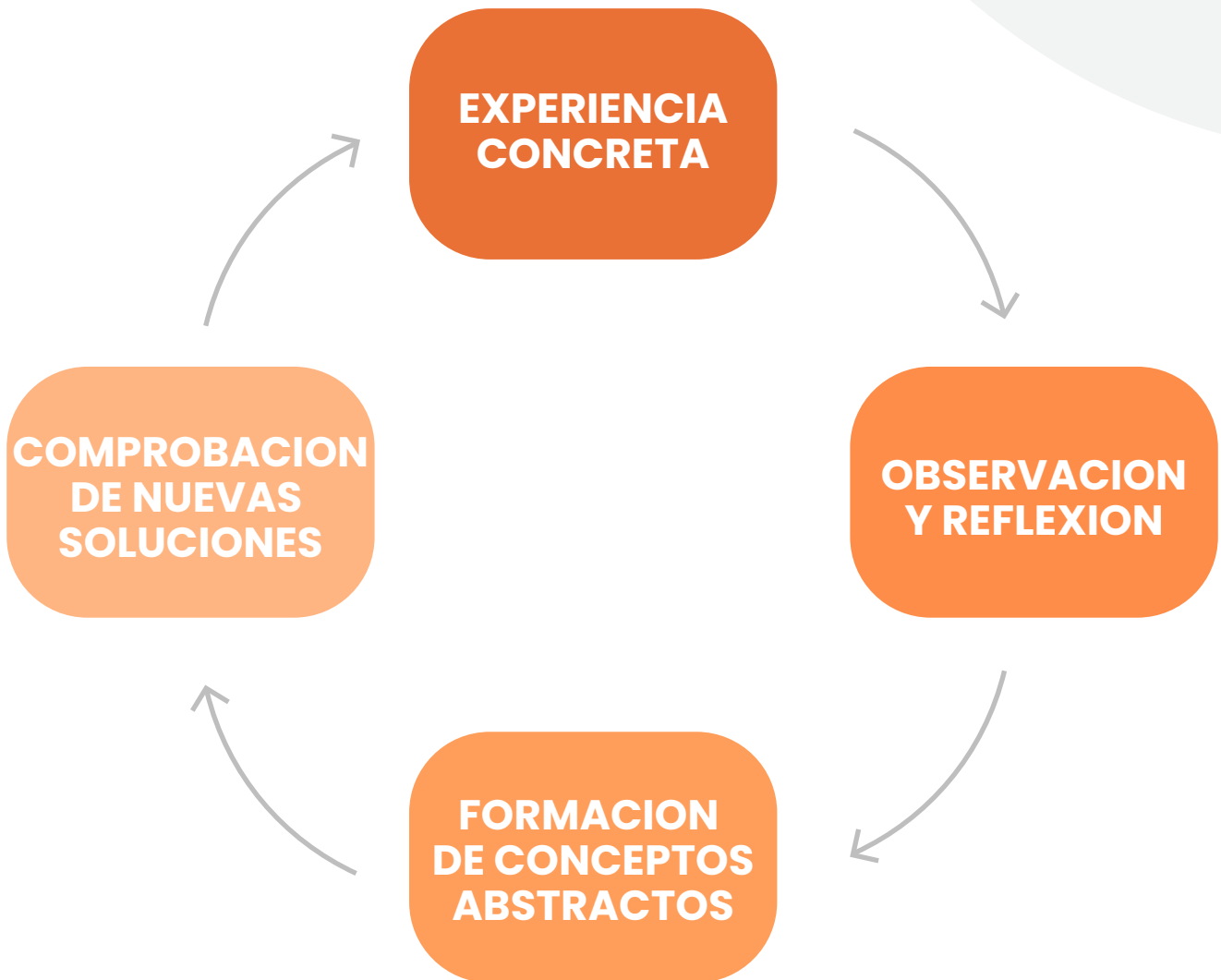
Recuerda: Lo importante es preguntar y no dar consejos.

Los dos modelos que figuran a continuación (Proceso de aprendizaje en acción y Ciclo de aprendizaje experimental de Kolb) son útiles para explicar mejor la finalidad y el proceso de los Círculos

Figura 1: Proceso de aprendizaje activo



Figura 2: Ciclo de aprendizaje experiencial de Kolb (1975)



El Ciclo de Aprendizaje en Acción y el Ciclo de Aprendizaje Experiencial de Kolb son herramientas útiles que podrá utilizar durante sus propios Círculos, ya que le ayudarán a comprender cómo reflexionar sobre sus experiencias y a fijarse nuevos puntos de acción para hacer avanzar su empresa. Su facilitador le ayudará a utilizarlas con éxito.

Pensar, actuar, reflexionar

Los tres principios del aprendizaje activo son: **pensar, actuar y reflexionar**. Estas etapas se destacan en el cuadro siguiente, con algunas preguntas que probablemente surgirán durante las sesiones del Círculo.


<p>THINK</p>	<p>La acción de hacer está en orden. convertir los pensamientos en acción. Ayuda a apuntalar el cambio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es tu idea, tema o asunto? • ¿Cuál es tu oportunidad? • ¿Qué te preocupa? • ¿Qué es prioritario para tí? • ¿Qué preguntas te han surgido sobre tu situación? • ¿Qué ideas iniciales tienes en mente que quieras explorar?
<p>ACT</p>	<p>Las formas en que emprenderá acciones fuera de la sesión del Círculo; ¿cómo lo hará?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Has puesto en marcha un plan? • ¿Qué vas a hacer? • ¿Has implementado una variable experimental?
<p>REFLECT</p>	<p>Después de tomar una resultados de su acción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué has cambiado? • ¿Qué ha pasado? • ¿Qué ha ido bien? • ¿Qué te preocupa? • ¿Hay nuevas oportunidades? • ¿Cómo adaptarás tu plan en el futuro? • ¿Qué preguntas te han hecho sobre tu situación?

Esta metodología es eficaz porque sitúa al participante en el centro de la situación:

- Funciona en tiempo real, con asuntos vivos que son importantes para el individuo.
- Integra cualquier aprendizaje teórico con la experiencia real.
- Se trata de acción y aplicación, más que de escenarios puramente hipotéticos.

Para más explicaciones, aquí tiene algunos vídeos útiles sobre los modelos anteriores:

- ¿Qué es el aprendizaje activo? - https://www.youtube.com/watch?v=IAJ0z_IdZXE
- El Kolb de los 3 minutos - <https://www.youtube.com/watch?v=ObQ2DheGOKA>
- Aprendizaje experimental: cómo aprendemos de forma natural
<https://www.youtube.com/watch?v=aF63HHVbpQ8>



Círculos de coaching en acción

Objetivo de los círculos

Cada Círculo IBL tendrá una combinación de debate en grupo con el mismo tiempo asignado para que cada uno exponga cuestiones clave relacionadas con su negocio, autorreflexión, establecimiento de objetivos y apoyo entre iguales. Tu facilitador tendrá experiencia en el aprendizaje activo y te guiará a lo largo del proceso.

Las sesiones de los círculos están dirigidas y centradas en el participante. Sin embargo, aunque no sean directivas, el facilitador puede utilizar un enfoque más directivo cuando lo considere oportuno, por ejemplo, cuando una persona esté a punto de emprender acciones arriesgadas o perjudiciales que puedan preverse o si el grupo carece de confianza hasta el punto de que resulte difícil instigar el debate sin la intervención del facilitador. El tamaño del grupo también puede determinar el nivel de dirección necesario.

Al principio de la primera sesión, se establecen las normas del grupo para que tú y tus compañeros os sintáis cómodos en el grupo, especialmente cuando se tratan temas delicados o personales.

En general, se espera lo siguiente de ti y de tus compañeros durante el proceso de los Círculos:

- Exploración de lo que puede causar una determinada condición o consecuencia; revisión de decisiones o acciones y revelar cómo esto ha llevado a la situación actual. ¿Podrían haberse evitado los problemas? ¿Qué implicaciones tendría una situación similar en el futuro? ¿Qué se ha aprendido de esta situación?
- Examinar el propio pensamiento que te llevó a creer algo o a actuar de una determinada manera. ¿Se basa una decisión en suposiciones justas? ¿Se han puesto a prueba los supuestos?
- También podemos aprender de los errores. Argyris (1993) **sugiere que el aprendizaje se produce siempre que se detectan y corrigen los errores.**
- La facilitación debe centrarse en el futuro y en las soluciones. Es útil para ayudarte a ti y a tus compañeros a predecir posibles resultados. ¿Has tenido todo en cuenta? ¿Cuál es el plan de contingencia? ¿Has considerado todas las opciones de una situación?
- Su facilitador le animará a usted y a sus compañeros a comprometerse con objetivos y planes de acción, a informar sobre sus propios progresos, a redefinir objetivos y a revisar resultados. Establecer objetivos frívolos e inespecíficos no contribuirá a tu desarrollo ni a tu capacidad para seguir adelante con tu reto.

- Es posible que el facilitador tenga que intervenir ocasionalmente para proteger el tiempo de alguien, para mantener los temas en su cauce cuando los retos estén causando angustia, cuando alguien esté haciendo un uso inadecuado del poder o se esté comportando de un modo que frustra o bloquea el aprendizaje del grupo. Es posible que los participantes deseen experimentar en el Círculo (con el acuerdo y el apoyo de sus compañeros) y obtener feedback. Tal vez a un miembro le gustaría ser más asertivo o probar su último producto o desarrollar la confianza para discrepar con la gente.
- Se le animará a usted y a sus compañeros a explorar su propia creatividad, a trabajar fuera de las zonas de confort y a aprovechar al máximo las oportunidades.
- **Contratación:** Los miembros del círculo recibirán un acuerdo relativo a las funciones y responsabilidades para que todos saquéis el máximo provecho del proceso en un clima propicio para el aprendizaje.

Los acuerdos deben revisarse con frecuencia y las normas básicas deben reafirmarse al principio de cada sesión. La siguiente sección sobre contratación describe este proceso con más detalle.

Círculos: Información

Cada sesión de los Círculos estará dirigida y centrada en el participante. Su facilitador supervisará cada Círculo para garantizar que usted y sus compañeros reciban el apoyo que mejor se adapte a sus necesidades. En general, hay un formato para cada sesión que se describe a continuación:

Círculos: Una guía paso a paso para usted

Círculo 1:

Presentaciones – Su facilitador empezará presentándose a sí mismo, el proyecto, la metodología de los Círculos y el proceso. Tú te presentarás y tus compañeros también lo harán. Tu facilitador presentará la primera actividad, que suele ser un ejercicio para romper el hielo y ayudarte a conocer a tus compañeros. Suelen ser actividades divertidas.

Administración – Firmar los acuerdos de aprendizaje necesarios y las listas de asistencia. Discutir las reglas básicas.

Evaluación de las competencias interpersonales - se le pedirá que rellene un formulario de evaluación de las competencias interpersonales al inicio de la primera sesión. El facilitador lo guardará en un lugar seguro hasta la última sesión, en la que volverá a completar esta actividad para comparar su puntuación y el desarrollo de sus competencias interpersonales.

Interrogar - El facilitador explicará las diferencias entre dar consejos e interrogar, cómo utilizar las preguntas, etc. y cómo esto afectará positivamente a las relaciones de trabajo.

Ronda de debate - se te asignarán aproximadamente 15 minutos para que expresas el problema, el reto o la oportunidad a la que te enfrentas en este momento. Ofrecerás apoyo a tus compañeros cuando sea su turno en el Círculo.

Actividades - Aparte de la ronda de debate, su facilitador puede pedirle que participe en actividades clave para apoyar un tema o área de desarrollo concretos. El facilitador te las explicará y te dará instrucciones claras.

Puntos de acción - Usted y sus compañeros recibirán apoyo para establecer puntos de acción basados en lo que se ha debatido. Asegúrate de que los objetivos son SMART (véase la información del anexo sobre objetivos SMART).

Evaluación - Al final de la sesión de los Círculos, se le pedirá a usted y a sus compañeros que rellenen un formulario de evaluación.

Nota: Es importante que reflexiones lo antes posible después de cada Círculo, ya que te será útil para alcanzar tus objetivos.

Reflexión (Círculo 1)

Círculo 2:

Administración – Recordatorio de las reglas básicas y del formato de los Círculos.

Repasar los objetivos SMART de la sesión 1. ¿Has trabajado en los objetivos que te fijaste y, en caso afirmativo, cómo te ha ido? Cuando llegue tu turno en la ronda de debate, podrás explicar con más detalle tus progresos y los nuevos retos a los que te has enfrentado.

Ronda de debate – de nuevo, dispondrás de aproximadamente 15 minutos para expresar el problema, el reto o la oportunidad a la que te enfrentas en este momento. Tus compañeros te harán preguntas y suscitarán un debate para que reflexiones. Ofrecerás apoyo a tus compañeros cuando sea su turno en el Círculo.

Actividades – También puede realizar actividades adicionales que le indique su facilitador. Su facilitador se las explicará y le dará instrucciones claras.

Evaluación – Asegúrese de rellenar el formulario de evaluación de esta sesión.

Administración – se le recordará la próxima sesión y se tratará cualquier otro asunto administrativo. Esto puede incluir la comprobación de las direcciones de correo electrónico, números de teléfono, etc para fomentar la creación de redes entre el grupo.

Nota: Es importante que reflexiones lo antes posible después de cada Círculo, ya que te será útil para alcanzar tus objetivos.

Reflexión (Círculo 2)

Círculo 3:

Administración – reiteración de las normas básicas.

Repase los objetivos SMART fijados en las sesiones anteriores. ¿Has trabajado en los objetivos que te fijaste en la última sesión y, en caso afirmativo, cómo te ha ido? Cuando llegue tu turno en la ronda de debate, podrás explicar con más detalle tus progresos y los nuevos retos a los que te has enfrentado.

Ronda de debate – Se te asignarán aproximadamente 15 minutos para expresar el problema/desafío/oportunidad en el que te encuentras en este momento. Tus compañeros te harán preguntas y suscitarán un debate para que reflexiones. Ofrecerás apoyo a tus compañeros cuando sea su turno en el Círculo.

Actividades – Puede realizar actividades adicionales siguiendo las instrucciones de su facilitador. Su facilitador se las explicará y le dará instrucciones claras.

Evaluación – Asegúrese de rellenar el formulario de evaluación de esta sesión.

Administración – Es posible que se le faciliten datos sobre otras formaciones u organizaciones que puedan ayudarle con su negocio, con posterioridad a la formación de los Círculos. Se tratará cualquier otro asunto administrativo. Esto puede incluir la comprobación de direcciones de correo electrónico, números de teléfono, etc. para fomentar la creación de redes entre el grupo. También explorará con tu facilitador y tus compañeros diferentes formas de seguir trabajando en red y puede que decidáis crear un grupo de WhatsApp de los Círculos IBL para manteneros en contacto entre vosotros.

Evaluación de las competencias interpersonales (si se trata de la última sesión): volverá a rellenar un formulario de evaluación de las competencias interpersonales antes de la primera evaluación para comparar los resultados y comprobar si se ha producido algún avance.

Evaluación – Formulario de evaluación final que deberán rellenar todos los participantes.

Nota: Es importante que reflexiones lo antes posible después de cada Círculo, ya que te será útil para alcanzar tus objetivos.

Reflexión (Círculo 2)

Contratación y Administración

Acuerdo de aprendizaje: Al inicio de la sesión 1, se le pedirá que firme un Acuerdo de aprendizaje. Se trata de un contrato social que permite al facilitador y al participante tener los mismos derechos y poder durante las sesiones. Al establecer las expectativas mutuas de cada parte, todos obtienen información sobre la relación de formación y la responsabilidad de cada parte. Tu facilitador escaneará y copiará tu acuerdo de aprendizaje firmado para que puedas llevarte una copia para tu propio archivo.

Lista de asistencia: Al comienzo de cada sesión, se le pedirá que firme una lista de asistencia. Esto es esencial para que los facilitadores puedan demostrar la asistencia de los participantes a las sesiones (por requisitos de financiación). Si los Círculos se celebran en línea, el facilitador le indicará cómo acreditar la asistencia. Esto puede incluir hacer una "captura de pantalla" para mostrar que el Círculo está teniendo lugar. Es importante que recopilemos pruebas como parte de nuestro contrato.

Presentarse a los demás.

Cada participante debe disponer de 2-3 minutos para presentarse. Es importante que adquiera confianza a la hora de presentarse y presentarse a sí mismo y a su empresa de forma concisa. A continuación encontrará algunas sugerencias para revelar información clave sobre usted:

NOMBRE

**RESUMEN DE SU
HISTORIA
PROFESIONAL**

**HISTORIA DE
SU NEGICIO**

**RETOS QUE
ENFRENTAN**

**SUS EXPECTATIVAS
AL PERTENECER AL
CIRCULO**

Introducción a la metodología de los círculos

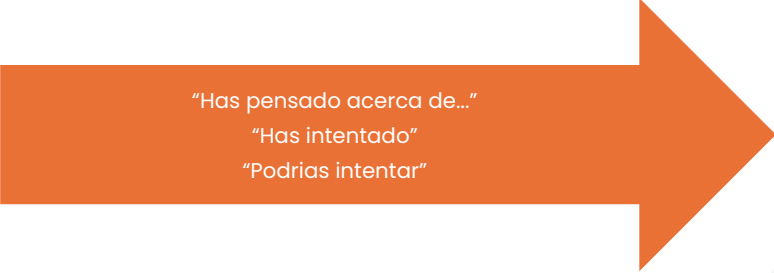
Su facilitador le presentará la metodología de los Círculos y los objetivos de las sesiones. Debes asegurarte de que comprendes los siguientes aspectos de los Círculos:

- Antecedentes de la metodología de los Círculos de Lanzamiento de Empresas Inclusivas.
- Una explicación de cómo funciona la metodología. Es decir, que los Círculos proporcionan un espacio facilitado para que usted y sus compañeros realicen actividades, compartan debates y dispongan de un espacio de tiempo dedicado para presentar cuestiones, retos u oportunidades.
- Suelen ser tres sesiones (una cuarta puede ser opcional para apoyo adicional). Entre 3 y 4 horas por sesión (si se hace cara a cara; entre 2,5 y 3 horas pueden ser suficientes si se hace en línea). Siempre hay un moderador con experiencia. El tiempo asignado a cada participante para hablar suele ser de 10-15 minutos, dependiendo del tamaño del grupo.
- Establecer objetivos SMART: Es posible que no consigas todo lo que te propongas durante las sesiones (el autoconocimiento y el conocimiento de tus propios límites forman gran parte del aprendizaje), pero se te animará a revisar y reflexionar sobre las dificultades, aprender de ellas y encontrar formas de avanzar o nuevos objetivos para la acción.
- La técnica del interrogatorio se utilizará a lo largo de las sesiones del Círculo (véase la información más abajo).

La técnica del interrogatorio

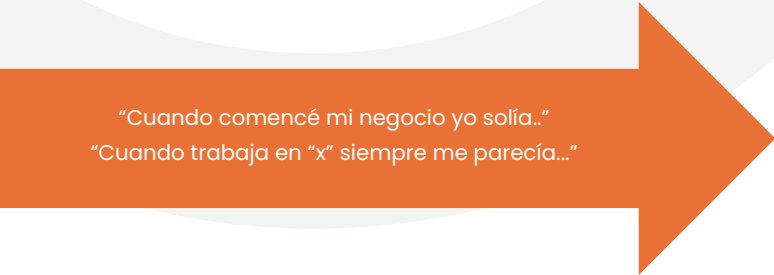
El presentador es la persona que habla de sus problemas/retos/oportunidades durante el tiempo que se le ha asignado y se le debe animar a que especifique al grupo en qué necesita ayuda actualmente.

Dar consejos puede resultar poco útil cuando se dirige al participante hacia una determinada forma de pensar o respuesta. En su lugar, las preguntas ayudan al presentador a encontrar sus propias soluciones. Busca y evita frases que empiecen por:



"Has pensado acerca de..."
"Has intentado"
"Podrías intentar"

Algunas afirmaciones pueden centrarse en la experiencia del que pregunta, cuando deberían centrarse en el presentador. Por ejemplo:



"Cuando comencé mi negocio yo solía..."
"Cuando trabaja en "x" siempre me parecía..."

Ofrecer consejos de esta manera desvía la atención del presentador y puede ser perjudicial para el aprendizaje personal. Evita siempre comentarios poco útiles como:



"Si estuviera en tu situación, yo haría..."

Ocasionalmente, algunos tipos de asesoramiento (cuando se piden específicamente) pueden ser útiles. Por ejemplo, un presentador puede pedir consejo sobre posibles contactos o redes.

“Estoy buscando un nuevo asesor de finanzas en mi área local, alguien conoce a una persona que me pueda recomendar?”

Deberá formarse su propia opinión antes de fiarse de la palabra de uno de sus compañeros o de su facilitador. Por ejemplo, puedes buscar reseñas o investigar por tu cuenta.

Recuerde: el Círculo no sustituye al asesoramiento profesional. A veces, aprender de los demás puede ser un atajo útil.

Hacer preguntas, en lugar de dar consejos, te incitará a pensar en profundidad sobre tu situación y sobre cómo puedes alcanzar tus objetivos. Al hacer preguntas, animas a tus compañeros a reflexionar sobre sus propias acciones y los posibles pasos siguientes. El objetivo es dotar a los participantes de las habilidades necesarias para reflexionar sobre sus objetivos y acciones en el futuro.

Normas básicas y expectativas

Las normas básicas se establecen al principio, en la primera sesión del Círculo. Es importante que tu facilitador aborde tus expectativas sobre las sesiones y apoye las decisiones sobre los siguientes aspectos:

- **Desafíos:** ¿con qué nivel de desafío se siente cómodo?
- **Autorregulación:** ¿cuánta orientación o nivel de intervención esperas del facilitador?
- **Control del tiempo:** ¿Cómo le gustaría a su grupo controlar el tiempo? ¿Independientemente o con avisos de tiempo del facilitador?
- **Feedback:** ¿Cuál es su forma preferida de feedback: grupal o individual? (Es posible que el facilitador tome nota de la respuesta de cada participante a esta pregunta). El facilitador es un experto en la organización de los Círculos y puede utilizar diferentes métodos de retroalimentación en función de sus necesidades y de las necesidades del grupo.

Ejemplo de normas básicas

- Confidencialidad y respeto de la propiedad intelectual.
- Asistencia y compromiso
- Uso del tiempo
- Cuestionamiento y niveles de desafío
- Respetar
- Comentarios
- Estilo de comunicación
- Diferentes tipos de "ayuda": ¿qué ayuda y qué obstaculiza?

Además, su facilitador discutirá lo siguiente: -

Confidencialidad - Esto es de gran importancia para que usted y sus compañeros fomenten un entorno seguro en el que todos se sientan cómodos hablando de sus retos empresariales.

Responsabilidad: es importante que asuma la responsabilidad de tu propio itinerario de aprendizaje, de tus objetivos y de pedir ayuda adicional si la necesitas.

Deberes: se espera que trabaje en tus objetivos SMART entre una sesión y otra. A veces, el facilitador puede poner "deberes" para la siguiente sesión.

Conciencia: uno de los principales objetivos de los Círculos es aumentar la conciencia de uno mismo y la comprensión de los demás.

Asistencia - Debe asistir al menos a 2 de las 3 sesiones para beneficiarse del programa.

Círculos de Discusión

La primera fase de los círculos es la comprobación, cuyo objetivo es ver cómo se siente cada participante con respecto a su empresa y en qué punto se encuentra actualmente.

¿En qué ha pensado últimamente?

¿Hay algo de lo que le gustaría hablar?

¿En qué le gustaría centrarse?

¿Qué progresos se han realizado desde la última sesión? (Aplicable a las sesiones segunda y tercera).

El moderador comenzará con un debate introductorio sobre las emociones de los participantes, sus pensamientos y sentimientos generales, sus necesidades actuales y las expectativas de la sesión. A continuación, el moderador dirigirá al grupo en grupos de debate, durante los cuales cada uno de los participantes dispondrá de 10-20 minutos para presentar un tema o reto que se debatirá en el tiempo asignado. De este modo, cada uno de ustedes tendrá más información y diferentes perspectivas sobre el tema.

Si usted o alguno de sus compañeros tienen dificultades para decidir sobre qué tema hablar, el facilitador puede daros algunas pistas:

- ¿Cuál es el problema, reto u oportunidad clave en el que le gustaría centrarse para su empresa?
- ¿Por qué te gustaría centrarte en esto hoy?
- ¿Cómo se convirtió en un problema o un reto para usted?
- ¿Qué importancia tiene este tema para usted? (En una escala del 1 al 10)

Cada participante tendrá su turno como presentador.

Como presentador, debe proporcionar suficientes detalles para que todos los miembros del Círculo comprendan a grandes rasgos el problema/desafío al que se enfrenta actualmente.

Durante su turno, puede que desee que los demás miembros del Círculo le interroguen específicamente sobre una cuestión clave, para ayudarle a obtener claridad sobre el tema que se está debatiendo. Este cuestionamiento debería llevarle a nuevas discusiones y revelaciones.

El facilitador supervisará este proceso para asegurarse de que los miembros del Círculo se ciñen a las preguntas y evitan dar consejos (a menudo es necesario recordárselo con delicadeza), indagar más, cuando sea necesario, para obtener más información y maximizar el aprendizaje para usted y sus compañeros. El facilitador actuará como guía para encontrar soluciones a las cuestiones planteadas, que podrán incorporarse a su plan de acción.

El objetivo de los Círculos es profundizar en los problemas y retos para encontrar soluciones.

Nota:

- Es posible que se te pida que realices ejercicios para romper el hielo y otras actividades que faciliten tu aprendizaje y comprensión. Esto también te ayudará a ti y a tus compañeros a sentirse más cómodos entre vosotros. Tu facilitador elegirá las actividades en función de las necesidades del grupo y las que se elijan ayudarán a resolver los problemas o retos planteados.
- Recuerda: durante la primera sesión, debes rellenar el formulario de evaluación de las competencias interpersonales y devolvérselo a tu facilitador para que lo guarde hasta la última sesión.

Una vez finalizada la sesión del Círculo, habrá un breve debate de clausura para determinar lo que cada participante se llevará de esta sesión. Se le pedirá que reflexione sobre lo que ha aprendido sobre sí mismo y sobre el impacto que ha tenido la sesión en usted. Antes de abandonar la sesión, es posible que el facilitador quiera asegurarse de que se ha completado lo siguiente:

- Formularios de evaluación de las sesiones
- **Próxima sesión - detalles de la hora y fecha de la próxima sesión**
- Objetivos: recuerde a los participantes sus objetivos SMART y anímeles a trabajar en ellos entre sesiones.

Cuarto Círculo

A veces se ofrece una cuarta sesión de Círculo, o se anima a que usted y sus compañeros asignen a alguien del grupo para que actúe como facilitador. Esto no funciona para todos los grupos, pero permite que los Círculos continúen más allá del periodo formal de facilitación y fomenta los beneficios continuos que los Círculos pueden ofrecer.

El Círculo final:

Hay algunas actividades adicionales necesarias para cerrar la sesión final, como se indica a continuación:

1. Una discusión sobre sus experiencias y lecciones generales aprendidas de los Círculos de Coaching IBL.
2. Es posible que se le ofrezca la oportunidad de organizar un plan de aprendizaje continuado, que incluya encuentros con otros participantes una vez finalizadas estas sesiones.
3. Se le animará a seguir trabajando en sus objetivos SMART.
4. Se le indicarán otras formas de participar en el proyecto, como el sitio web, la página de Facebook o el programa de aprendizaje electrónico.
5. Rellenarás los formularios de evaluación final, ya que son esenciales para mejorar los Círculos de IBL y el proyecto en general.
6. Se entregarán certificados a todos los participantes que hayan asistido a dos o más sesiones.

Deberes

Después de cada sesión, asegúrate de que tienes claros los deberes, tareas u objetivos que has acordado trabajar. Reflexiona lo antes posible después de la sesión, ya que esto favorecerá tu aprendizaje.

- ¿Qué has aprendido sobre ti mismo y el reto, problema o cuestión de tu empresa?
- ¿Ha aprendido algo de los demás miembros del grupo?
- ¿Cuáles han sido las preguntas más útiles?
- ¿Qué impacto tuvieron las preguntas de sus compañeros?

Esto ayuda a los participantes a tener tiempo para reflexionar sobre los resultados de la sesión antes de rellenar los formularios de evaluación. Los formularios de evaluación deben cumplimentarse al final de cada sesión.

El proceso de aprendizaje virtual

A person's hands are visible in the foreground, holding a laptop. The laptop screen displays a virtual meeting with a woman speaking. Text overlays on the screen include "HOW TO SUPPORT BLACK-OWNED BUSINESSES" and "subscribe to somet meaning". The background is dark and out of focus, showing a desk with papers and a keyboard.

Círculos en línea

Los Círculos IBL pueden tener lugar tanto en línea como presencialmente. El capítulo anterior se refiere a las sesiones de formación presenciales y, en ocasiones, éstas se adaptan en consecuencia para adecuarse a la impartición en línea. Este capítulo proporcionará más información sobre cómo participar como participante en los Círculos en línea, ya que se han realizado algunas adaptaciones para garantizar que los Círculos en línea puedan tener el mismo éxito.

Ciertamente, durante la situación de Covid-19 se trabajó mucho para garantizar que los Círculos en línea pudieran adaptarse e impartirse sin dejar de seguir las directrices de la enseñanza presencial.

Aquí tienes otras ideas para sacar el máximo partido a tu experiencia en los Círculos online.

- Se te animará a comprender las expectativas y normas para una interacción respetuosa, así como a saber seguir las instrucciones para llevar a cabo las tareas y actividades asociadas (tanto en línea como fuera de línea). Esto puede referirse simplemente a la comprobación de las conexiones informáticas, a la comprensión del uso de la opción "chat" en línea o a aceptar que se hagan capturas de pantalla para acreditar la asistencia y, tal vez, a tener las cámaras encendidas para mejorar la interacción.
- Tu facilitador utilizará diversas estrategias para ayudarte a ti y a tus compañeros a ampliar vuestros conocimientos en función de vuestras propias situaciones, necesidades, intereses y capacidades, como por ejemplo
 - Pedirte que expliques, justifiques o apoyes ideas, sobre todo si hay opiniones contradictorias o perspectivas múltiples.
 - Señalar cómo el comentario de una persona enlaza con el de otra o se basa en él: fomentar la conexión de ideas, haciendo así que la comunicación pase de las ideas individuales a una comprensión de grupo.
- Se te animará a reflexionar sobre lo que ha aprendido y el impacto que esta información tiene en sus creencias y comportamiento.

WhatsApp

Puede ser útil crear un grupo de WhatsApp o una plataforma similar para que tú y tus compañeros hagáis preguntas. El facilitador puede enviar recordatorios, enlaces y otra información a través de este grupo.

Organización y logística

Antes de la sesión, tu facilitador tomará nota de su ubicación geográfica y de las posibles diferencias horarias para programar los Círculos de forma eficaz. Por favor, compruebe también que la hora y la duración de los Círculos son adecuadas para usted.

Su facilitador le indicará qué plataforma virtual se utilizará para los Círculos. Asegúrese de tenerla preparada en su portátil u ordenador.

Sea proactivo con su propio aprendizaje para asegurarse de que tiene la fecha, hora, etc. correctas y comprenda qué recursos puede necesitar antes de conectarse a los Círculos.

También es una buena práctica intentar eliminar cualquier ruido externo para evitar perturbar los Círculos y los debates.

Información adicional

Un facilitador puede presentarle una serie de nuevos avances tecnológicos para mejorar la formación. Esto puede incluir Mentimeter y Jamboards u otros recursos nuevos. Su tutor siempre le explicará cómo utilizarlos antes de empezar. Además, los facilitadores suelen preparar un PowerPoint para cada entrega del Círculo con el fin de mejorar la formación.

Los enlaces para las evaluaciones en línea y los formularios de competencias interpersonales se compartirán en el chat en línea. En algunas ocasiones, estos enlaces se le enviarán por correo electrónico, por lo que es importante que comparta sus datos de contacto actualizados con el facilitador durante la formación de los Círculos. La información se recopila para garantizar que podamos seguir mejorando el programa y para demostrar que los Círculos se han llevado a cabo.

Nota: La formación en línea puede parecer menos impersonal, y puedes contrarrestarlo aumentando tus conocimientos sobre cómo crear un entorno en el que te sientas libre para expresarte. Hay que tener en cuenta la tecnología utilizada,

los conocimientos técnicos necesarios, la velocidad de conexión a Internet y el ancho de banda utilizado por la plataforma virtual. Si no te sientes cómodo con esta forma de aprender, por falta de experiencia en programas en línea, esto podría repercutir en lo que obtengas del programa.

Una organización puede optar por utilizar ZOOM para celebrar los Círculos. Se le enviará el enlace y la contraseña para acceder al círculo aproximadamente una semana antes del primer Círculo. Es importante que se asegure de estar libre para participar, ya que si está realizando varias tareas a la vez, es posible que no aproveche todas las ventajas de los Círculos. Además, asegúrese de que dispone de una buena conexión a Internet y de que puede acceder al sonido, la cámara, etc.

Herramientas y recursos

Tanto en los Círculos presenciales como en los Círculos en línea, necesitarás una serie de recursos. Su facilitador compartirá los enlaces con usted durante las sesiones. A veces se le enviarán por correo electrónico antes de cada sesión, pero generalmente se comparten por chat el día de la sesión. También es importante que lleves papel y bolígrafo para tomar notas de las herramientas utilizadas durante la sesión.

Su facilitador puede utilizar una presentación de PowerPoint para apoyar su aprendizaje y su comprensión del proceso. A menudo, las diapositivas clave se compartirán con usted a través de un enlace o por separado a través de correo electrónico y su facilitador le informará de ello.

Al igual que en las sesiones presenciales de los Círculos, es posible que se le asignen tareas para casa. Asegúrate de tener claras las tareas u objetivos que has acordado trabajar. Reflexione lo antes posible después de la sesión, ya que esto contribuirá a su aprendizaje.

- ¿Qué has aprendido sobre ti mismo y el reto, problema o cuestión de tu empresa?
- ¿Ha aprendido algo de los demás miembros del grupo?
- ¿Cuáles han sido las preguntas más útiles?
- ¿Qué impacto tuvieron las preguntas de tus compañeros?

Esto ayuda a los participantes a tener tiempo para reflexionar sobre los resultados de la sesión antes de rellenar los formularios de evaluación. Los formularios de evaluación deben ser completados al final de cada sesión.

Documentación

En las páginas siguientes, encontrará el formulario de Acuerdo de Aprendizaje, el formulario de Evaluación de Competencias y los formularios de evaluación mencionados en este documento.

Nota: Si realiza los Círculos en línea, su facilitador le proporcionará enlaces electrónicos a los documentos que necesite para que pueda ser completados en línea.

Formulario de Acuerdo de Aprendizaje

(NOMBRE DE LA ORGANIZACIÓN)

Nuestros compromisos:

- Colócarle en un círculo de coaching.
- Supervisar su círculo de coaching y asegúrese de que se reúnan al menos 3 veces.
- Proporcionarle apoyo durante la duración de estas sesiones.

Sus compromisos:

Acepta...

- Asistir y participar activamente en todas las reuniones con su círculo.
- Avisar a [nombre de la organización] y a su coach si no puedes asistir a una reunión.
- Completar todos los documentos necesarios, por ejemplo, los formularios de evaluación después de cada sesión.

Confidencialidad:

- Esta de acuerdo en que no revelará ninguna información confidencial de la que pueda tener conocimiento en el Círculo a ninguna parte externa, sin el consentimiento previo de [nombre de la organización] y de los participantes del grupo implicados.
- Tenga en cuenta que el incumplimiento de sus compromisos será tratado con seriedad por [nombre de la organización], que tiene derecho a retirarle del programa por incumplimiento.

Nombre: _____

Firma: _____

Fecha : _____

Círculos de lanzamiento de negocios inclusivos: Formulario de evaluación de las competencias interpersonales

A rellenar antes de la primera sesión y después de la última sesión de los Círculos.

Nombre: _____

Fecha: _____

Por favor, evalúese en este momento (1= deficiente 5= excelente)

HABILIDADES SOCIALES	PUNTUACIÓN
Capacidad para trabajar en red	
Autoeficacia	
Capacidad de liderazgo	
Capacidad para resolver problemas	
Gestión del estrés	
Fijación de objetivos	
Capacidad de comunicación	
Pensamiento crítico y razonamiento	
Comprender mis valores	
Identificar mis objetivos futuros y cómo alcanzarlos	
Pensamiento creativo	
Trabajo en equipo	
Confianza	

Círculos de lanzamiento de negocios inclusivos: Formulario de evaluación de la sesión

A completar por el facilitador:

Nombre: _____

Círculo No: _____

Sesión No: _____

Fecha: _____

A rellenar por los participantes:

1. ¿Cuáles eran sus expectativas para el Círculo de hoy y se han cumplido?
2. ¿Cuáles son las tres cosas más importantes que se llevará de la sesión de hoy?
3. ¿Qué ha sido para usted lo mejor de los Círculos de IBL hasta ahora?
4. Por favor, añada cualquier otro comentario:

Gracias. Por favor, devuelva esto a su facilitador

Sus comentarios podrán incluirse (de forma anónima) en futuros materiales promocionales/de marketing del proyecto IBL. Si no está de acuerdo con que sus comentarios/citas se utilicen para estos fines, marque esta casilla.

Círculos de lanzamiento de negocios inclusivos: Formulario de evaluación final

A completar por un facilitador:

Nombre: _____

Sesión nº: _____

Fecha : _____

1. Por favor, valore los siguientes aspectos de los Círculos de IBL : (1= totalmente en desacuerdo 5= totalmente de acuerdo)

DECLARACIÓN	CLASIFICACIÓN
Los Círculos fueron útiles para desarrollar mis competencias interpersonales y fijar objetivos.	
Tengo una idea clara de mis próximos pasos tras las sesiones.	
Los Círculos me sirvieron para apoyarme entre iguales, establecer contactos y me ayudaron a aumentar mi confianza.	
Recomendaría los Círculos de Lanzamiento de Negocios Inclusivos a un amigo.	

2. ¿Cómo le han ayudado los Círculos de IBL a reflexionar sobre su carrera y su progresión empresarial?

3. ¿Algún otro comentario?

Nombre: _____

Fecha: _____

Gracias. Por favor, devuelva esto a su facilitador

Sus comentarios podrán incluirse (de forma anónima) en futuros materiales promocionales/de marketing del proyecto IBL. Si no está de acuerdo con que sus comentarios/citas se utilicen para estos fines, marque esta casilla.

Socios



Center for Social
Innovation

FH JOANNEUM
University of Applied Sciences



CONSULTANCY
ACADEMY

inova
aspire

inova
consultancy

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union