



# Formación en Coaching y Liderazgo Cuántico

## ◆ NORMAS DE LA FORMACIÓN

La Escuela Punto Cero va creciendo, y vamos aprendiendo cada día. Hasta ahora nos hemos manejado con normas no explicitadas y no escritas. Creemos conveniente explicitarlas ya que no solo ayuda a crear con más solidez para todos, sino que nos permite evitar los malos entendidos.

Por consiguiente a partir de hoy pondremos estas normas en circulación, y esperamos que sean útiles, prácticas y fáciles de cumplir.

Desde ya les agradecemos a todos que las cuidemos para fortalecer cada día más nuestra Escuela.

## ◆ NORMAS BÁSICAS

**1.** Este grupo lo vamos a utilizar exclusivamente para trabajar junt@s. Por lo tanto, pedimos que por favor, solo compartamos cosas que tienen que ver con nuestras lecciones y videoconferencias, los procesos por los cuales estamos pasando.

**2.** Podrás preguntar siempre que lo necesites en los grupos, estamos a tu disposición los cuatro coaches. Estamos para despejar todas tus dudas por este grupo. Te sugerimos que no las realices en privado, ya que tu duda, puede ser la de otro compañero y puede ayudar a los demás. Si es algo muy puntual y muy privado, podés comunicarte con nosotros en el siguiente horario:

**Maira:** De 20 a 22hs(ESP) de Lu a Vie

**Caro:** De 18 a 20hs(ARG) de Lu a Vie

**Mauricio:** De 19 a 21hs(COL) de Lu a Vie

**Laura:** De 10 a 18hs Lu a Vie (ARG) Responderé en la medida de las posibilidades.



## Formación en Coaching y Liderazgo Cuántico

3. No se pueden hacer publicaciones de cosas ajenas a la formación, ni publicidad, ni compartir flyers, música, videos que no tengan que ver con los temas que trabajamos
4. La base de nuestra formación es la benevolencia, a partir de ella, surge el respeto y la comunicación como reglas básicas.
5. Se aconseja tener siempre una actitud positiva y armonía entre tod@s. Estamos todos en un camino de aprendizaje, estamos para ayudarnos, para colaborar y para evolucionar de manera amorosa
6. Preguntá todo lo que necesites saber sobre el contenido que vamos tratando... Es todo nuevo y cuestioná ideas que traemos arraigadas de mucho tiempo. Por lo tanto, que no te de vergüenza preguntar.  
Cuantas más preguntas nos hagas, más aprenderemos tod@s!
7. Te pedimos que en tus redes no te promociones como Coach Cuántic@, ya que solo la certificación final te dará ese título. Lo contrario no solo sería algo que afecta a la Formación sino a la confianza depositada en nosotros por la Academia Europea de Neurociencias, que es quien nos brinda esa certificación.
8. El material de la Formación es de uso exclusivo de la Formación. La propiedad intelectual pertenece a la misma. No pudiendo ser utilizado, copiado ni reproducido por ningún medio sin autorización de la Escuela Punto Cero, dada en ese caso por escrito.



# Formación en Coaching y Liderazgo Cuántico

## ◆ ASPECTOS FORMALES:

Trabajos prácticos.

Los trabajos prácticos se entregan en: [info@escuelapuntocero.com](mailto:info@escuelapuntocero.com)

Para la certificación, deberás tener presentados el 80 por ciento de los trabajos solicitados durante el año. Incluye la presentación de los videos que te sean solicitados.

## ◆ PAGO

Los pagos se hacen en las fechas que te indicamos al comienzo de la formación. Te pedimos por favor, que le envíes los comprobantes de pago a Silvia Monzón a su WhatsApp. Las dudas de temas administrativos las podés consultar con ella.

La falta de pago de 3 cuotas sucesivas, dará el derecho a la formación de retirar al alumno del aula y del Grupo de WhatsApp.

## ◆ DEL INGRESO AL AULA

Las dudas acerca del aula, las podés consultar en el mismo mail o comunicándote por WhatsApp con Juan Pablo Correa Menendez (+54 9 11 3900-1701)



**Silvia Monzón**

+54 9 11 3139-4744



## **Formación en Coaching y Liderazgo Cuántico**

### **Temas de etiqueta referidas a la Videoconferencia:**

Últimamente debido al uso que se hace de las Videoconferencias en varios lugares, han salido reglas de etiqueta, cuya utilización nos parece muy conveniente:

#### **Puntualidad:**

Se ruega llegar a tiempo a la videoconferencia. Pasados 15 minutos, cerraremos el ingreso. Salvo motivos particulares, que nos podrás informar anticipadamente.

#### **Nombre:**

Para admitirte a la reunión deberás colocar tu nombre. Caso contrario no serás admitid@. De esta manera todos estaremos mejor conectados y sabremos quien nos está hablando en todo momento.

#### **Probar el funcionamiento de la cámara y el micrófono antes de ingresar:**

Parece algo obvio, pero por lo general desconocemos del estado o la configuración del audio y el video que ofrece nuestro equipo hasta el momento de la conexión.

#### **Silenciar el micrófono cuando te lo piden los anfitriones:**

Cuando se hace una videollamada de muchas personas, debido a las malas conexiones y el afán por hablar, puede ser difícil entender al otro entre tanto ruido de ambiente, voces y sonidos. Por eso, si estamos escuchando al interlocutor y sabemos que no vamos a hablar ni preguntar, podemos colaborar al silenciar nuestro micrófono hasta el momento que deseemos participar de la conversación.



## **Formación en Coaching y Liderazgo Cuántico**

### **No hablar todos la vez, esperar el turno**

Esto que es necesario para la vida, también lo es en una videollamada y se vuelve mucho más importante. No hablar todos a la vez. Esperar a que termine de hablar el otro para esperar nuestro turno puede ser algo vital dado que toda llamada online de video tiene una demora o delay, y en tiempos de cuarentena donde las conexiones no son las mejores, puede ser aún peor. Acá siempre hay que esperar al silencio para poder hablar.

### **Darte un lugar y un tiempo para vos:**

Es importante que las 2 horas que dura la videollamada estés tranquilo@. Por lo tanto te pedimos que te organices para poder estar en silencio, sol@, sin interrupciones ni distracciones.

### **Chequear los ruidos de ambiente:**

Es importante que las llamadas se hagan en un ambiente con poco ruido. Ya sea en un smart-phone o una computadora, los micrófonos tienden a detectar más que el sonido de nuestra voz, por lo que si estamos en un lugar con ruidos de calle, otras personas hablando, o con la TV encendida, todo ese sonido puede filtrarse dentro de la conversación.

### **Uso de la cámara:**

Para participar es importante que te veamos. No solo es importante como regla de convivencia entre personas, sino que es importante para nuestra propia evaluación. Los coaches observamos la gestualidad. Y también lo harán ustedes en el segundo año. Es fundamental esto y no se tendrán por presentadas las clases de práctica del segundo año, si no están realizadas por videos.



## **Formación en Coaching y Liderazgo Cuántico**

### **Evite retirarse y dejar la cámara vacía**

Es muy común en charlas de más de cuatro personas que alguno tenga que levantarse y deje la cámara vacía por un período de tiempo. Si tenemos cosas que hacer durante la videollamada, es probable que puedan esperar a cuando nos desconectemos. En caso de ser importantes, debemos silenciar el audio y bloquear la cámara por respeto a quien da la charla.

### **No estar haciendo otras cosas en simultáneo:**

Del punto anterior se desprende otra observación fundamental para el respeto mutuo: no hacer otras cosas mientras estamos en cámara. Ya sea una charla de amigos o una clase virtual, distrae a los demás realizar otras cosas mientras estamos conectados. Si no te queda otra opción, bloqueá por favor tu cámara. Pero no por mucho tiempo.

Si te conectás desde una computadora, no uses el celular.

Así como no debemos hacer otros trabajos o levantarnos en medio de la charla, tampoco es una señal de respeto estar con el celular en la mano respondiendo mensajes mientras alguien nos habla desde otra cámara. Para mantener la convivencia y no hacer sentir mal al otro, el teléfono puede esperar un ratito más.

### **Código de vestir:**

Estas reuniones si bien son bastante informales, no lo son tanto. Son un espacio de aula y de formación donde usamos mucho la relajación del cuerpo, por lo tanto te pedimos que estés con ropa cómoda, ahora por la cuarentena es ideal si podemos estar sin zapatos y sentados cómodos.

Pedimos, tanto a las mujeres y a los varones que no estén con el torso descubierto.

También que estén preferentemente sentados en una posición donde la espalda esté derecha, ya que la energía y la concentración se potencian.

*GRACIAS A TOD@S POR SER PARTE Y RESPETAR ENTRE TODOS LAS NORMAS BÁSICAS*

Laura Barrera  
Directora Escuela Punto Cero