



ACADEMIA MUJERES RED

PROGRAMA DE FORMACIÓN MENTORA IMPULSA

Formación para Mentoras con Propósito

DOSSIER TÉCNICO DEL PROGRAMA

Incluye: Programa de Estudio · Manuales de Trabajo · Guías de Evaluación

| Modalidad Presencial o e-learning | 24 Horas Cronológicas

Año 2026



1. IDENTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

Nombre del Programa	MENTORA IMPULSA – Formación para Mentoras con Propósito
Organismo Técnico	Academia Mujeres Red
Modalidad	Presencial u online
Duración Total	24 horas cronológicas (6 sesiones de 4 horas cada una)
N° de Sesiones	6 sesiones
Horas por Sesión	4 horas cronológicas
Población Objetivo	Mujeres que desean potenciar su presencia, confianza y habilidades para facilitar workshops, seminarios, charlas y mentorías 1:1
Mínimo de Asistencia	75% (máximo 2 inasistencias)
Evaluación	Participación activa (30%) + Ejercicios prácticos (40%) + Entrega de tareas (30%)
Certificación	Diploma Mentora Impulsa – Academia Mujeres Red + Certificado por módulo
N° de Participantes	Mínimo 8 – Máximo 20

2. DESCRIPCIÓN Y FUNDAMENTACIÓN

El programa MENTORA IMPULSA nace como respuesta a la creciente necesidad de mujeres que desean desarrollar competencias profesionales para facilitar procesos de aprendizaje, mentorías y espacios de transformación personal. En un contexto donde las habilidades de facilitación y comunicación son activos estratégicos, este programa entrega herramientas concretas, metodologías validadas y espacios de práctica real.

Fundamentado en los principios de la andragogía (aprendizaje de adultos) y en el enfoque de género, el programa reconoce el potencial único de las mujeres mentoras y construye sobre sus fortalezas naturales: empatía, escucha activa, pensamiento sistémico y liderazgo colaborativo.

3. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Objetivo General

Desarrollar en las participantes competencias técnicas y actitudinales para diseñar, facilitar y evaluar espacios de aprendizaje (workshops, charlas, seminarios y mentorías), con sello propio y enfoque transformacional.

Objetivos Específicos

- Identificar y articular el propósito personal como mentora.
- Diseñar experiencias de aprendizaje alineadas a audiencias específicas.



- Elaborar presentaciones visuales efectivas con técnicas de storytelling.
- Aplicar técnicas avanzadas de facilitación y andragogía en entornos diversos.
- Utilizar herramientas de evaluación y retroalimentación constructiva.
- Facilitar un taller real demostrando las competencias desarrolladas en el programa.

4. PERFIL DE EGRESO

Al finalizar el programa, la participante será capaz de:

1. Diseñar y facilitar workshops, charlas y seminarios de manera autónoma y profesional.
2. Construir su identidad como mentora con un sello auténtico y diferenciado.
3. Crear materiales didácticos visuales efectivos (presentaciones, guías y recursos).
4. Aplicar técnicas pedagógicas y andragógicas adaptadas a grupos de mujeres adultas.
5. Entregar feedback constructivo y evaluar procesos de aprendizaje de manera empática.
6. Conducir procesos de mentoría 1:1 con estructura y propósito definido.

5. ESTRUCTURA MODULAR

N°	Módulo	Enfoque Principal	Horas	Sesión
1	Fundamentos de la Mentoría Femenina con Propósito	Identidad y Propósito	4 hrs	1
2	Diseño de Experiencias: Cómo elegir y construir un tema poderoso	Diseño Pedagógico	4 hrs	2
3	Presentaciones Profesionales: PPT efectiva y atractiva	Comunicación Visual	4 hrs	3
4	Técnicas de Mentoría & Andragogía Avanzada	Metodología	4 hrs	4
5	Herramientas para Evaluar, Medir y Dar Feedback	Evaluación	4 hrs	5
6	Mentoría en Acción: Taller Final y Evaluación	Práctica Aplicada	4 hrs	6

TOTAL: 6 módulos · 6 sesiones · 24 horas cronológicas presenciales



MÓDULO 1

FUNDAMENTOS DE LA MENTORÍA FEMENINA CON PROPÓSITO

¿Qué significa ser mentora en la era actual?

Sesión	N° 1 de 6
Duración	4 horas cronológicas
Objetivo	Identificar el rol de la mentora moderna y construir la propia identidad mentora a partir del propósito personal.

CONTENIDOS DE LA SESIÓN

- El rol de la mentora moderna: definición, alcance y responsabilidades.
- Diferencias clave entre workshop, charla, seminario y mentoría 1:1.
- El sello 'Mujer Mentora': autenticidad, energía y propósito como pilares.
- Principios de andragogía aplicados a mujeres adultas: qué motiva el aprendizaje.
- El ciclo de aprendizaje experiencial de Kolb aplicado a la facilitación.
- Autoconocimiento como base de toda facilitación efectiva.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Actividad 1: Ejercicio de Identidad Mentora

Cada participante define su estilo, voz y sello personal como mentora utilizando tarjetas de valores y un mapa mental guiado.

Duración	40 minutos
Modalidad	Individual + Puesta en común grupal
Materiales	Tarjetas de valores impresas, papel A3, plumones de colores

Actividad 2: Mapa de Propósito Personal

Mini dinámica profunda para conectar con el 'para qué mentoreo'. Utiliza la metodología del Ikigai adaptada a la facilitación femenina.

Duración	35 minutos
Modalidad	Individual con apoyo de pareja
Materiales	Plantilla Mapa de Propósito (incluida en este manual), lápices



Actividad 3: Pitch de Presentación Personal

Cada participante construye y presenta un pitch de 60 segundos que integra su nombre, propósito facilitador y tema de especialidad.

Duración	45 minutos
Modalidad	Individual frente al grupo
Materiales	Cronómetro, ficha de feedback entre pares

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Sinek, S. (2018). Empieza con el Porqué. Empresa Activa.
- Knowles, M., Holton, E. & Swanson, R. (2015). The Adult Learner (8ª ed.). Routledge.
- Kolb, D. (1984). Experiential Learning. Prentice Hall.
- Bens, I. (2012). Facilitating with Ease! Core Skills for Facilitators. Jossey-Bass.



MÓDULO 2

DISEÑO DE EXPERIENCIAS: CÓMO ELEGIR Y CONSTRUIR UN TEMA PODEROSO

Del caos de ideas a una propuesta clara, focalizada y transformadora

Sesión	N° 2 de 6
Duración	4 horas cronológicas
Objetivo	Diseñar la estructura básica de un workshop o charla usando herramientas de selección temática y diseño pedagógico.

CONTENIDOS DE LA SESIÓN

- Cómo seleccionar un tema según audiencia: el triángulo intereses–necesidades–propósito.
- Estructura universal para talleres y charlas: apertura, desarrollo y cierre.
- Los 3 pilares clave de toda experiencia de aprendizaje: claridad, foco y transformación.
- Definición del perfil del participante ideal (buyer persona pedagógico).
- Objetivos de aprendizaje bien formulados: verbos de acción y niveles de Bloom.
- La curva de energía en un taller: cómo diseñar momentos de alta y baja intensidad.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Actividad 1: Matriz de Selección de Tema

Cada participante completa la Matriz intereses–necesidades–propósito para identificar y validar el tema de su taller o charla. Incluye votación por puntos para seleccionar el tema final.

Duración	40 minutos
Modalidad	Individual + Votación grupal
Materiales	Plantilla Matriz impresa, post-its, puntos adhesivos de colores

Actividad 2: Estructura en 20 Minutos

Con el tema seleccionado, cada participante arma el esqueleto básico de su workshop: apertura (icebreaker + encuadre), 3 bloques de contenido, actividades y cierre.

Duración	35 minutos
Modalidad	Individual con ronda de consultas
Materiales	Plantilla de estructura, tarjetas index, cronómetro

Actividad 3: Dinámica de Validación Rápida



Cada participante presenta su idea y estructura en 2 minutos al grupo. Recibe feedback estructurado usando la técnica 'Brillo y Pulido' (qué funciona + qué mejorar).

Duración	45 minutos
Modalidad	Presentación grupal con feedback estructurado
Materiales	Ficha de feedback, timer visible

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Álvarez, G. (2012). El Arte de Presentar. Gestión 2000.
- Muñoz, L. (2020). Historias de una Mentora. Editorial Mujeres Red.
- Bloom, B. (1956). Taxonomy of Educational Objectives. Longmans Green.
- Wiggins, G. & McTighe, J. (2005). Understanding by Design (2ª ed.). ASCD.



MÓDULO 3

PRESENTACIONES PROFESIONALES: PPT EFECTIVA Y ATRACTIVA

Diseña slides que comunican, impactan y no aburren

Sesión	N° 3 de 6
Duración	4 horas cronológicas
Objetivo	Construir presentaciones visuales profesionales aplicando técnicas de storytelling, diseño minimalista y narrativa estructurada.

CONTENIDOS DE LA SESIÓN

- Storytelling estructurado: el arco narrativo aplicado a presentaciones.
- Diseño visual simple pero profesional: regla de los tercios, espacios en blanco, jerarquía tipográfica.
- Ritmo, narrativa y foco: la presentación como experiencia cinematográfica.
- Los 10 errores más comunes en presentaciones y cómo evitarlos.
- Herramientas digitales de diseño: Canva, PowerPoint, Google Slides (pros y contras).
- El poder de la imagen: cómo elegir imágenes que potencian el mensaje.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Actividad 1: Ejercicio de Diseño Minimalista

Cada participante crea 3 diapositivas potentes sobre su tema con máximo 30 palabras totales por slide. Se aplica la regla: 1 idea por slide, máximo 6 palabras por línea.

Duración	40 minutos
Modalidad	Individual en computador o tablet
Materiales	Laptop/tablet, acceso a Canva o PowerPoint, banco de imágenes gratuitas

Actividad 2: Storyboard Personal

Diseña en papel la secuencia emocional de una charla de 15 minutos: qué siente el público en cada momento, qué imagen va en cada slide, cuál es el gancho de apertura.

Duración	35 minutos
Modalidad	Individual + Revisión en pareja
Materiales	Plantilla de Storyboard (incluida en este manual), lápices, tijeras



Actividad 3: Feedback en Duplas

Cada pareja revisa las presentaciones de la otra y entrega correcciones rápidas y constructivas usando la ficha de evaluación de slides (5 criterios con escala 1-5).

Duración	45 minutos
Modalidad	Trabajo en parejas
Materiales	Ficha de evaluación de slides, lista de verificación de diseño

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Reynolds, G. (2012). Presentación Zen. Anaya Multimedia.
- Duarte, N. (2010). Resonate: Present Visual Stories that Transform Audiences. Wiley.
- Williams, R. (2014). The Non-Designer's Design Book. Peachpit Press.
- Atkinson, C. (2008). Beyond Bullet Points. Microsoft Press.



MÓDULO 4

TÉCNICAS DE FACILITACIÓN & ANDRAGOGÍA AVANZADA

De transmitir información a generar transformación

Sesión	N° 4 de 6
Duración	4 horas cronológicas
Objetivo	Aplicar técnicas avanzadas de facilitación para sostener la energía grupal, gestionar la participación y adaptar metodologías a diferentes contextos y niveles.

CONTENIDOS DE LA SESIÓN

- Modelos de participación: círculo, fishbowl, world café, tríadas y más.
- Cómo sostener la energía del grupo a través del tiempo: técnicas de reactivación.
- Manejo de preguntas difíciles y situaciones de conflicto en el grupo.
- El arte del silencio: cuándo y cómo usarlo en facilitación.
- Actividades vivenciales: cuándo usarlas, cómo diseñarlas y cómo procesarlas.
- La facilitación en diferentes formatos: presencial, online e híbrido.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Actividad 1: Simulación de Micro-Facilitaciones

Cada participante facilita un segmento de 5 minutos sobre cualquier tema de su elección usando al menos 2 técnicas del 'Caja de Herramientas'. El grupo evalúa en tiempo real con tarjetas de colores.

Duración	60 minutos
Modalidad	Individual frente al grupo
Materiales	Tarjetas de semáforo (verde, amarillo, rojo), ficha de observación

Actividad 2: Caja de Herramientas Práctica

El grupo experimenta en vivo 5 de las 10 técnicas del módulo (lluvia de ideas, votación, debate guiado, role play, tríadas). Después reflexionan sobre cuándo aplicar cada una.

Duración	50 minutos
Modalidad	Grupal participativo
Materiales	Tarjetas de técnicas, temporizador, papelógrafo

Actividad 3: Caso Real de Adaptación

Se presenta un caso práctico: misma actividad, 3 grupos con diferentes niveles de experiencia. Los equipos proponen cómo adaptar la actividad para cada nivel y presentan su solución.



Duración	30 minutos
Modalidad	Trabajo en equipos de 3
Materiales	Ficha del caso, materiales de apoyo

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Bens, I. (2012). Facilitating with Ease! Core Skills for Facilitators. Jossey-Bass.
- Hunter, D. (2007). The Art of Facilitation. Jossey-Bass.
- Schwarz, R. (2002). The Skilled Facilitator. Jossey-Bass.
- Lencioni, P. (2002). Las Cinco Disfunciones de un Equipo. Empresa Activa.



MÓDULO 5

HERRAMIENTAS PARA EVALUAR, MEDIR Y DAR FEEDBACK

Cerrar el ciclo de aprendizaje con intención y profesionalismo

Sesión	N° 5 de 6
Duración	4 horas cronológicas
Objetivo	Diseñar instrumentos de evaluación del aprendizaje y aplicar técnicas de feedback constructivo y empático en contextos de facilitación.

CONTENIDOS DE LA SESIÓN

- El ciclo de evaluación en formación: diagnóstica, formativa y sumativa.
- Cómo entregar feedback de manera profesional y empática: el modelo SBI (Situación-Comportamiento-Impacto).
- Uso de assessments: encuestas de satisfacción, rúbricas y autoevaluaciones.
- Indicadores de impacto de una sesión de formación: más allá de la felicidad del participante.
- Evaluación 360° en contextos de facilitación.
- La bitácora del facilitador: herramienta de mejora continua.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Actividad 1: Role Play de Feedback

Se presentan 3 casos de facilitadores con diferentes desempeños. En grupos de 3, cada participante practica dar feedback usando los 3 estilos estudiados (reforzador, correctivo, de desarrollo) con el modelo SBI.

Duración	50 minutos
Modalidad	Tríadas con rotación de roles
Materiales	Fichas de casos, plantilla modelo SBI, cronómetro

Actividad 2: Creación de Assessment Simple

Cada participante diseña un instrumento de evaluación de impacto para su taller: define qué quiere medir, elige el formato (escala Likert, preguntas abiertas, antes/después) y redacta los ítems.

Duración	35 minutos
Modalidad	Individual con revisión en dupla
Materiales	Plantillas de assessment, guía de redacción de ítems



Actividad 3: Bitácora de la mentora

Práctica guiada de autoevaluación: cada participante completa la primera entrada de su bitácora reflexionando sobre su propio proceso en el programa hasta ahora.

Duración	30 minutos
Modalidad	Individual con música de fondo
Materiales	Plantilla de Bitácora (en este manual), música instrumental suave

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Heen, S. & Stone, D. (2015). Gracias por el Feedback. Ediciones Urano.
- Kirkpatrick, D. & Kirkpatrick, J. (2006). Evaluating Training Programs (3ª ed.). Berrett-Koehler.
- Wiggins, G. (1998). Educative Assessment. Jossey-Bass.
- Brené Brown, B. (2021). Atlas del Corazón. Ediciones Urano.



MÓDULO 6

MENTORÍA EN ACCIÓN: TALLER FINAL Y EVALUACIÓN

Demostrar, recibir y consolidar: tu momento de brillar

Sesión	N° 6 de 6
Duración	4 horas cronológicas
Objetivo	Facilitar un segmento real de taller demostrando las competencias desarrolladas a lo largo del programa y recibir retroalimentación 360° para construir un plan de mejora individual.

CONTENIDOS DE LA SESIÓN

- Preparación mental y emocional para facilitar: técnicas de anclaje y presencia.
- Autoconfianza al presentarse: cuerpo, voz y mirada.
- Check-list pre-facilitación: materiales, espacio, tecnología y energía personal.
- Ajustes finales previos a facilitación real: cómo usar el feedback del programa.
- Construyendo tu portafolio de mentora: qué incluir y cómo presentarlo.
- Próximos pasos: cómo seguir creciendo después del programa.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Actividad 1: Facilitación Real de 10 Minutos

Cada participante facilita 10 minutos reales de su taller diseñado en el programa. El grupo y la relatora observan con ficha de evaluación estandarizada.

Duración	90 minutos (todas las participantes)
Modalidad	Individual frente al grupo completo
Materiales	Ficha de evaluación 360°, materiales propios de cada participante, cámara (opcional)

Actividad 2: Feedback Inmediato de 360°

Después de cada facilitación, la participante recibe feedback de: sus compañeras (grupo), la relatora y una autoevaluación inmediata. El feedback sigue el modelo SBI y la estructura Brillo/Pulido/Propuesta.

Duración	30 minutos (todos los feedbacks)
Modalidad	Grupal estructurado
Materiales	Fichas de feedback 360°, post-its de colores

Actividad 3: Plan de Mejora Individual



Cada participante construye su Plan de Mejora Personal: 3 fortalezas consolidadas, 3 áreas de mejora priorizadas y un plan de acción con fechas para los próximos 30, 60 y 90 días.

Duración	30 minutos
Modalidad	Individual con apoyo de relatora
Materiales	Plantilla Plan de Mejora (en este manual)

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Brown, B. (2013). Daring Greatly. Gotham Books.
- Scott, S. (2004). Fierce Conversations. Berkley Books.
- Cuddy, A. (2016). Presence. Back Bay Books.
- Pink, D. (2011). Drive. Riverhead Books.



SISTEMA DE EVALUACIÓN Y CERTIFICACIÓN

Ponderación General del Programa

Participación activa en sesiones	30%
Ejercicios prácticos en aula	40%
Entrega de tareas de cada módulo	30%
TOTAL	100%

Escala de Notas

Aprobado con Distinción	90% – 100%
Aprobado	75% – 89%
En Proceso	60% – 74%
No Aprobado	Menos del 60%

NOTA: La asistencia mínima obligatoria es 75% (máximo 2 inasistencias). Participantes con menos del 75% de asistencia no podrán recibir el Diploma Final, independientemente de sus notas.

Certificaciones

Al finalizar el programa, cada participante que cumpla los requisitos recibirá:

- Diploma Final: MENTORA IMPULSA – Academia Mujeres Red, que certifica la aprobación del programa completo.
- 6 Certificados de Módulo: uno por cada sesión completada, detallando los temas trabajados, competencias desarrolladas y porcentaje de aprobación.

Firma Relatora Principal _____ <i>Nombre y Timbre</i>	Representante Legal _____ <i>Nombre y Timbre Academia Mujeres Red</i>
---	---