



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



PHOTO | FREEPIK

# CURSO: PAUSA & REFLEXIÓN

## CUADERNO DE ESTUDIO

Mayo 2024

This document was produced for review by the United States Agency for International Development (USAID). It was prepared by EnCompass LLC for the Monitoring, Evaluation, and Learning for Sustainability (MELS) Activity (Contract No. 72052719D00001). The views expressed in this publication do not necessarily reflect the views of USAID or the United States Government.

# CONTENIDO

- 1. BIENVENIDA AL CURSO ..... 1
- 2. ORIENTACIONES PARA DESARROLLAR EL CURSO ..... 2
- 3. UNIDAD 1: USAID'S MONITORING AND EVALUATION ANNUAL WORKSHOP #5:  
EVALUATION..... 3

## I. BIENVENIDA AL CURSO

¡Bienvenidos al curso USAID MELS PAUSA & REFLEXIÓN! Nos complace contar con tu participación en este programa diseñado especialmente para líderes organizacionales. A lo largo de este curso, explorarás cómo integrar estrategias de aprendizaje en tu lugar de trabajo para fortalecer las capacidades de tu equipo y fomentar la autosuficiencia organizacional.

Analizarás cómo las intervenciones de Pausa-Reflexión pueden acelerar la curva de aprendizaje, facilitando una adaptación rápida a nuevas habilidades. Utilizarás experiencias prácticas y casos de estudio para reflexionar y mejorar tus prácticas laborales.

El objetivo es que desarrolles competencias para implementar estas metodologías de manera efectiva, aplicándolas en diversos contextos laborales. Este curso está pensado para ser una experiencia enriquecedora y práctica, proporcionándoles las herramientas necesarias para impulsar el crecimiento y la mejora continua en la organización donde perteneces.

Te invitamos a sumergirte en este proceso de aprendizaje, a reflexionar y a disfrutar de esta oportunidad para transformar su enfoque profesional. ¡Esperamos que disfrutes y aproveches al máximo esta experiencia!

¡Bienvenidos y buen aprendizaje!

Este cuaderno de estudio será tu compañero de viaje, y te invitamos a sumergirte en él con entusiasmo y compromiso. ¡Estás en el camino hacia una práctica ética y reflexiva!

- **Objetivo general de aprendizaje:** Al término del programa formativo, los participantes desarrollan la capacidad de identificar y aplicar diversas actividades de Pausa-Reflexión, integrando el aprendizaje en el entorno laboral con el fortalecimiento de capacidades y promoviendo la autosuficiencia en la implementación de proyectos y programas.
- **Competencia del curso:** Los participantes son capaces de diseñar e implementar actividades de Pausa-Reflexión efectivas que fomenten el aprendizaje continuo en el trabajo, fortalezcan las capacidades del equipo y promuevan la autosuficiencia en la gestión de proyectos y programas.

## 2. ORIENTACIONES PARA DESARROLLAR EL CURSO

Para el desarrollo del curso guíate por el cuaderno de estudio y en él se indicará cuando acceder a la presentación en PowerPoint y a la grabación del curso.

A continuación, se presentan un conjunto de orientaciones y lineamientos para desarrollar el curso siguiendo el cuaderno de estudio de manera autónoma:

<b>Establece un horario regular</b>	Asigna tiempos específicos durante la semana para trabajar en el cuaderno de estudio. Esto te ayudará a mantener la consistencia y el progreso en el aprendizaje.
<b>Lee de manera reflexiva</b>	Dedica tiempo a leer cada sección del cuaderno con atención. Toma notas, subraya ideas clave y reflexiona sobre cómo aplicar los conceptos a tu práctica profesional.
<b>Completa todas las actividades propuestas</b>	Participa activamente en todas las actividades y ejercicios incluidos en el cuaderno. Estas actividades están diseñadas para reforzar los conceptos aprendidos y fomentar la aplicación práctica.
<b>Busca material adicional</b>	Si encuentras algún tema especialmente interesante o desafiante, busca material adicional relacionado. Esto puede incluir libros, artículos o recursos en línea que amplíen tu comprensión.
<b>Mantén un diario de reflexión</b>	A medida que avanzas en el curso, lleva un diario de reflexión donde registres tus pensamientos, ideas y experiencias relacionadas con los temas tratados. Esto te ayudará a consolidar tu aprendizaje y a aplicarlo de manera más efectiva en tu entorno laboral.
<b>Busca oportunidades para la aplicación práctica.</b>	Intenta identificar situaciones en tu trabajo donde puedas aplicar los conceptos y habilidades aprendidos. Esto te permitirá integrar el aprendizaje de manera más significativa y fortalecer tu capacidad para enfrentar desafíos en tu práctica profesional.
<b>Busca espacios de retroalimentación con tus colegas</b>	Si es posible, comparte tus reflexiones y trabajos con colegas para obtener retroalimentación. Esto te ayudará a consolidar tu aprendizaje y a mejorar continuamente tus habilidades en seguimiento y evaluación.

Recuerda que la autodisciplina y la dedicación son clave para el éxito en un curso autónomo. ¡Disfruta del proceso de aprendizaje y aprovecha al máximo esta oportunidad para crecer profesionalmente!

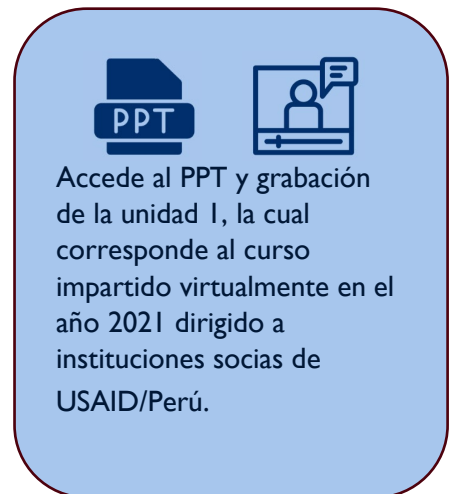
### 3. UNIDAD I: PAUSA & REFLEXIÓN

En este segmento del cuaderno de estudio, encontrarás el desarrollo detallado de los contenidos clave del curso, que te guiarán en la comprensión profunda de los temas abordados.

Para el desarrollo de la unidad I, apóyate en la grabación de la sesión la cual sigue la siguiente agenda:

Exhibit 1. Agenda para el desarrollo de la unidad I

ACTIVIDAD
Bienvenida, presentación del curso
Reconociendo nuestros saberes previos
Tema 1: Aprendizaje en el trabajo → fortalecimiento de capacidades → autosuficiencia.
Tema 2: Experiencias para la reflexión
Descanso.
Tema 3: Charla con expertos: P&R, metodología y recomendaciones para su aplicación
Actividad de aprendizaje 1
Actividad de aprendizaje 2
Evaluación Unidad I
Cierre.



#### **Reconociendo mis saberes previos**

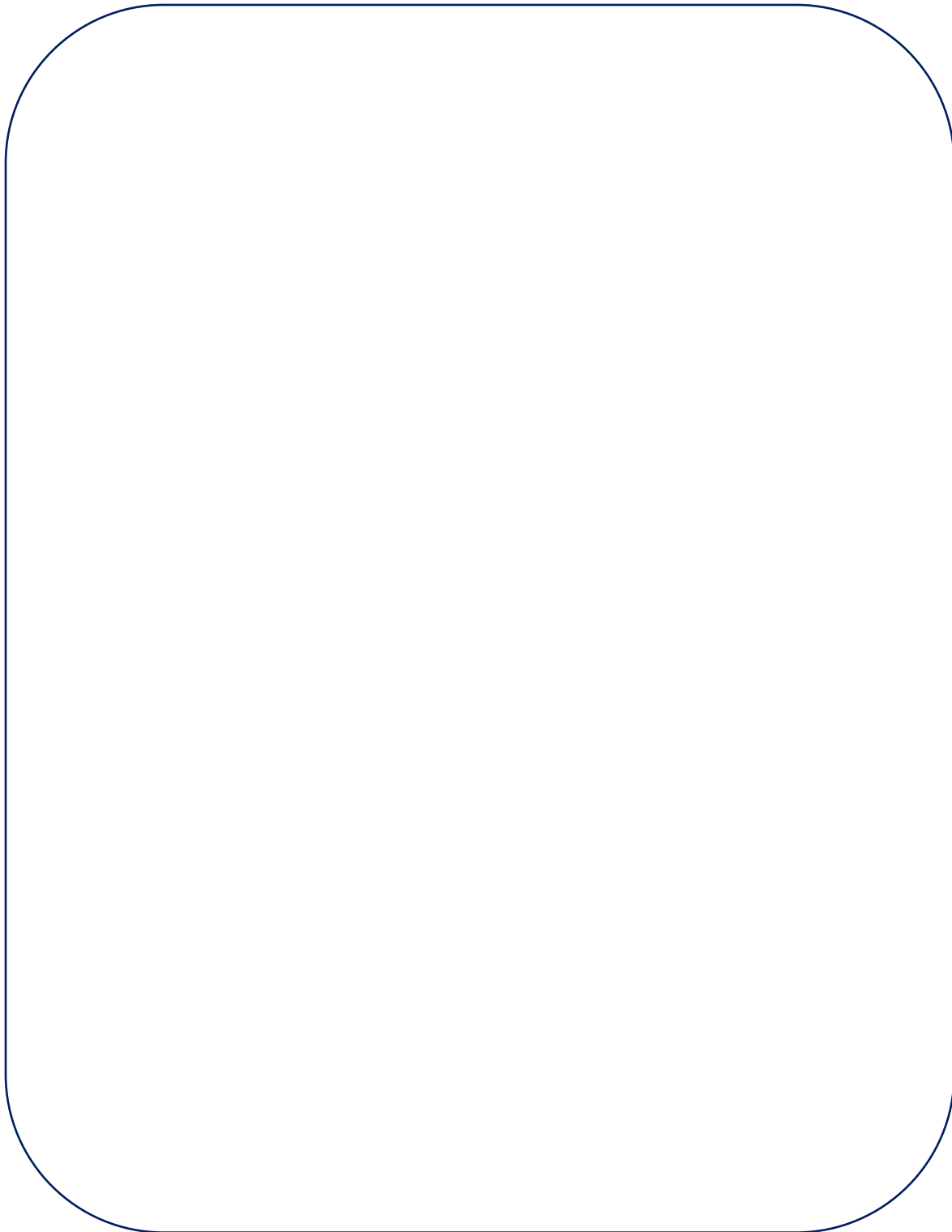
La siguiente actividad tiene el propósito de invitar a una reflexión para activar tus conocimientos previos sobre el concepto de Pausa & Reflexión, tómate unos minutos para reflexionar individualmente y escribe en tu cuaderno de estudios las respuestas a las siguientes preguntas: **¿Qué entiendes por Pausa & Reflexión? ¿Ha utilizado alguna vez una estrategia similar en su lugar de trabajo? Si es así, ¿cómo fue la experiencia? ¿Qué beneficios cree que puede aportar la Pausa & Reflexión a tu equipo y a tu organización?** Este ejercicio te ayudará a identificar tus ideas iniciales y a prepararte para profundizar en el contenido del curso. Al finalizar, podrás comparar tus reflexiones con los conceptos que explorarás a lo largo del curso, facilitando una comprensión más profunda y personalizada.

Anota aquí tus reflexiones:

A large, empty rounded rectangular box with a thin blue border, intended for writing reflections. The box is vertically oriented and occupies most of the page's width and height.

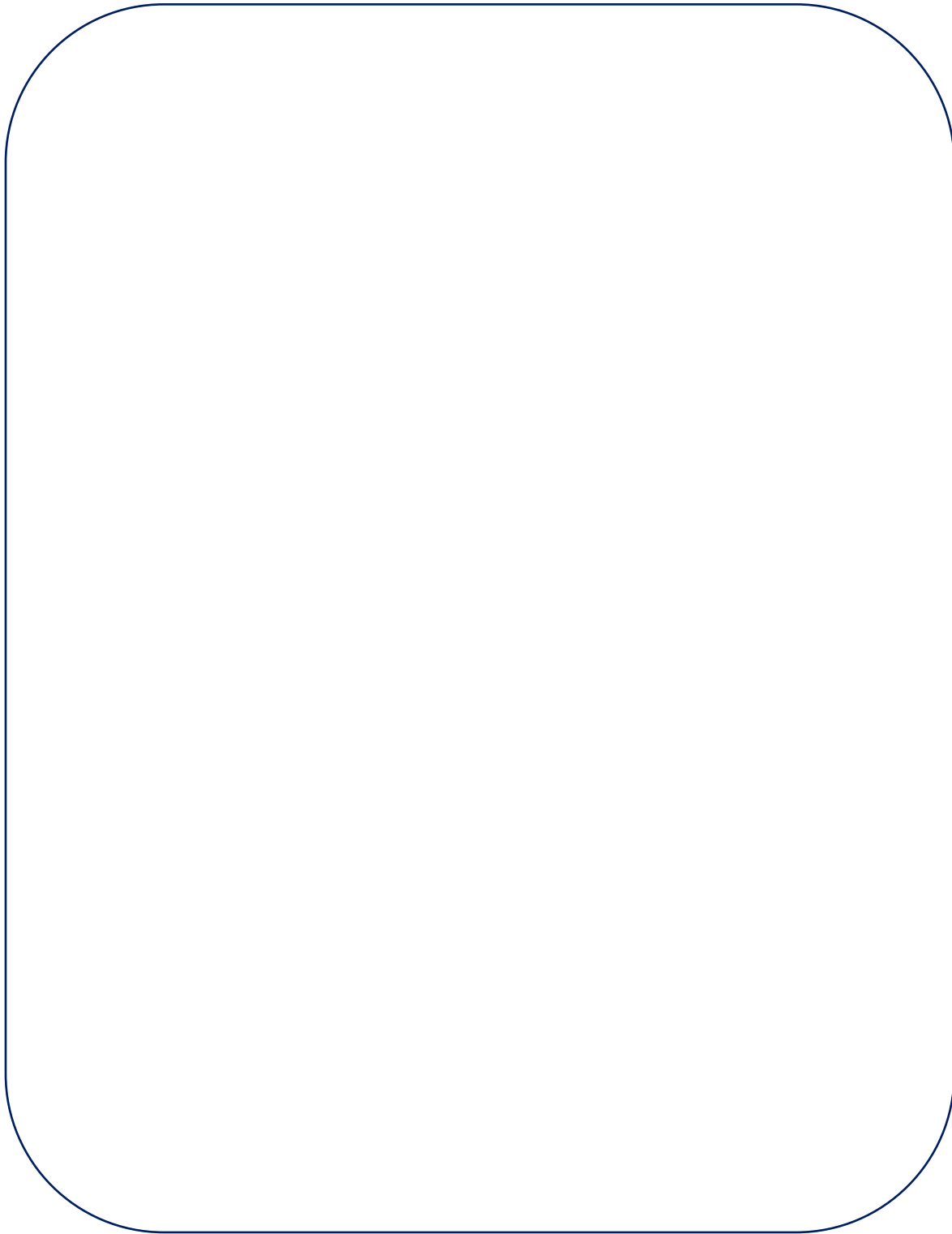
### 3.1.1. APRENDIZAJE EN EL TRABAJO ⌚ FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES ⌚ AUTOSUFICIENCIA

Reproduce la grabación del curso y toma nota aquí de tus reflexiones.



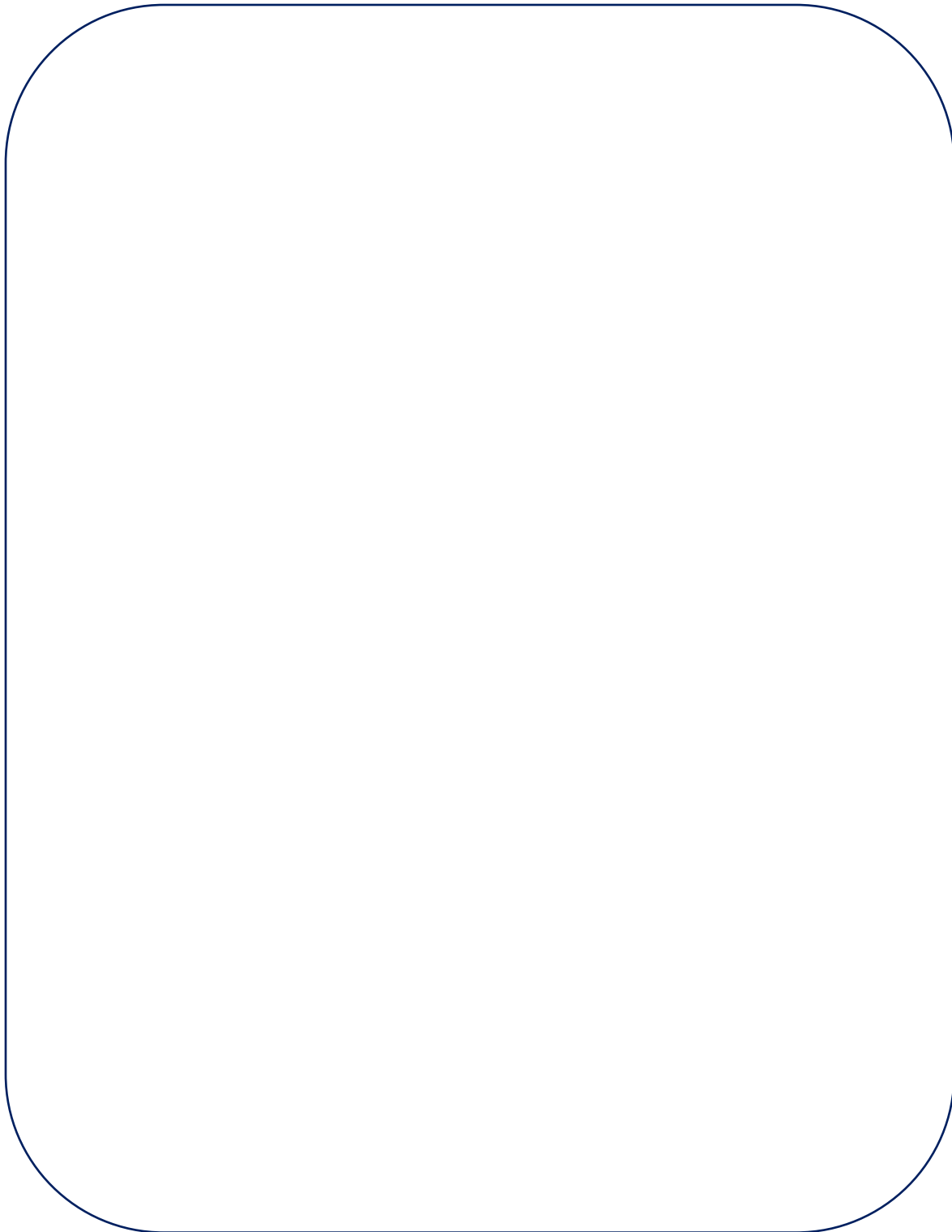
### 3.1.2. EXPERIENCIAS PARA LA REFLEXIÓN

Reproduce la grabación del curso y toma nota aquí de tus reflexiones.

A large, empty rounded rectangular box with a thin blue border, intended for taking notes. The box is centered on the page and occupies most of the vertical space below the instruction.




### 3.1.3. PAUSA & REFLEXIÓN, METODOLOGÍA Y RECOMENDACIONES PARA SU APLICACIÓN

Reproduce la grabación del curso y toma nota aquí de tus reflexiones.

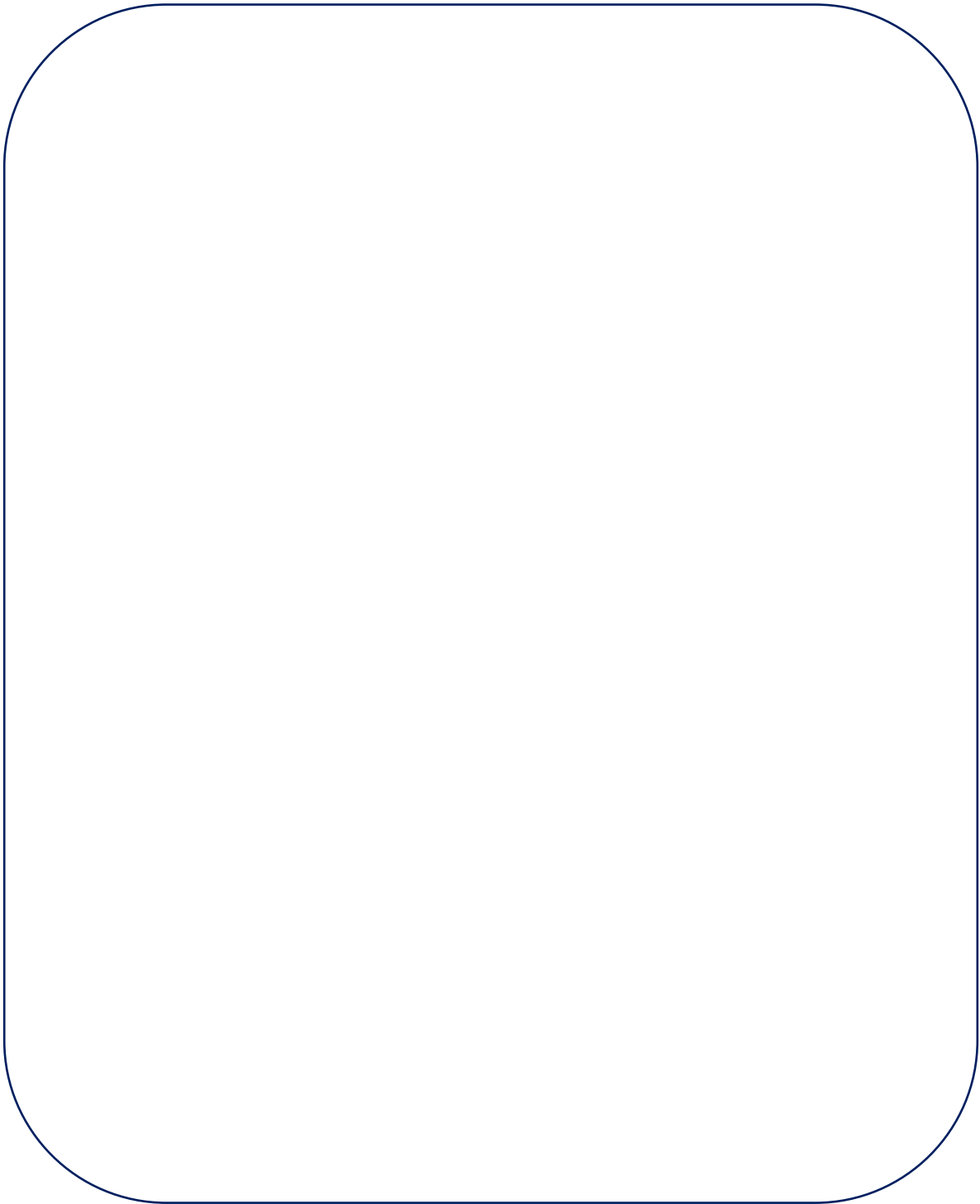
A large, empty rounded rectangular box with a thin blue border, intended for taking notes. The box is centered on the page and occupies most of the vertical space below the instruction.

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE I

La siguiente actividad tiene el propósito de invitar a una reflexión/discusión que puede llevarse a cabo grupalmente en persona o a través de una herramienta digital, según sea más conveniente para ti y/o el equipo de colegas.

 <b>Objetivo</b>	– Reflexionar sobre la importancia de la Pausa & Reflexión, y su metodología y recomendaciones.
 <b>Duración</b>	– Entre 20 minutos a 1 hora dependiendo de la cantidad de personas que participen.
 <b>Orientaciones</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Revisa el PPT y al recurso audiovisual del curso.</li><li>– Reflexiona sobre las siguientes preguntas:<ul style="list-style-type: none"><li>○ ¿Por qué P-R es considerada una actividad de aprendizaje? y</li><li>○ ¿cómo lograr que realmente sea una actividad de aprendizaje y de gestión adaptativa?</li><li>○ ¿Cuáles son las actividades de P-R más utilizadas y como se eligen?</li><li>○ ¿Cuál es la secuencia metodológica para la P-R?</li><li>○ ¿Qué recomendaciones dan respecto a lo siguiente?<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ¿Cómo sensibilizar a equipos nuevos para trabajar con P-R?</li><li>▪ ¿El mejor momento para hacer una P-R?</li><li>▪ ¿Como involucrar a los participantes?</li><li>▪ ¿Como lograr la apropiación de la metodología?</li></ul></li></ul></li><li>– Elige un presentador para tu grupo (en caso de que desarrolles la actividad con tu equipo de trabajo)</li><li>– Redacta tus reflexiones en el espacio que tienes a continuación.</li><li>– Organiza una sesión interactiva durante la cual los integrantes de tu equipo puedan compartir sus reflexiones sobre el tema dado, ya sea a través de un foro de discusión en línea o en un espacio presencial, fomentando un diálogo abierto y constructivo que enriquezca la comprensión colectiva del tema.</li></ul>

Anota aquí tus respuestas y reflexiones:



### 3.1.4. CIERRE

#### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE 2

Para resumir tu experiencia y aprendizaje en la unidad desarrollada por favor responde a las siguientes preguntas:

PREGUNTAS	RESPUESTAS
I. ¿QUÉ ME HACE FALTA PARA SEGUIR AVANZANDO?	

---

#### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE 3



- Objetivo: Analizar las características, aplicabilidad y recomendaciones para la aplicación de un tipo de actividad de Pausa y Reflexión.
- Orientaciones:
  - Accede al documento en este enlace: [https://usaidlearninglab.org/sites/default/files/resource/files/cla\\_toolkit\\_adaptive\\_management\\_facilitating\\_pause\\_and\\_reflect\\_final\\_508.pdf](https://usaidlearninglab.org/sites/default/files/resource/files/cla_toolkit_adaptive_management_facilitating_pause_and_reflect_final_508.pdf)
  - Selecciona dos o tres actividades de Pausa-reflexión y realiza:
    - El análisis de sus características
    - Su aplicabilidad
    - Formula recomendaciones para su aplicación.
    - Utiliza la Matriz a continuación

- Completa tus respuestas a través de la siguiente tabla:

<b>Actividad Pausa-Reflexión (Nombre de la actividad seleccionada)</b>	<b>Descripción (Características de la actividad)</b>	<b>Aplicabilidad/ mejor momento (En que situaciones resulta mejor su aplicación)</b>	<b>Recomendaciones para su aplicación</b>

- Comparte tus reflexiones finales sobre lo aprendido en el curso:

### 3.1.5. RECURSOS DE LA UNIDAD

 <b>Lecturas recomendadas</b>	– Facilitating Pause & Reflect: <a href="https://usaidelearninglab.org/sites/default/files/resource/files/cla_toolkit_adaptive_management_facilitating_pause_and_reflect_final_508.pdf">https://usaidelearninglab.org/sites/default/files/resource/files/cla_toolkit_adaptive_management_facilitating_pause_and_reflect_final_508.pdf</a>
 <b>Sitios web recomendados</b>	– Learning through reflection: <a href="http://www.nwlink.com/%7Edonclark/hrd/development/reflection.html">http://www.nwlink.com/%7Edonclark/hrd/development/reflection.html</a>