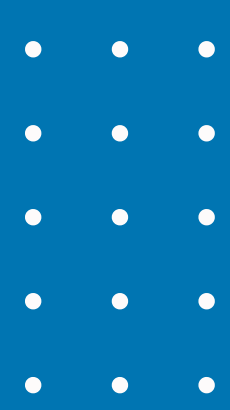


“COACHING”

Herramienta organizacional





**“Un pájaro posado en un árbol, nunca
tiene miedo de que la rama se rompa,
porque su confianza no está en la
rama, sino en sus propias alas”.**



CONCEPTOS PREVIOS



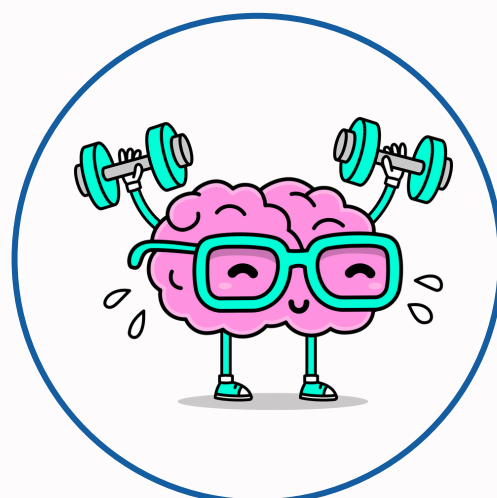
AUTOCONCIENCIA

Habilidad de reconocer y entender las emociones, fortalezas, debilidades, valores y motivaciones de uno mismo para el crecimiento personal y profesional.



COMUNICACIÓN EFECTIVA

Transmitir y recibir información de forma clara y concisa para garantizar una comprensión mutua.



MOTIVACIÓN

Metas bien definidas y alcanzables pueden aumentar la motivación y el compromiso de los empleados hacia sus objetivos.



Propósito de la herramienta



Facilitar el **desarrollo** personal y profesional de individuos y equipos, ayudándoles a alcanzar sus metas y **maximizar su potencial**.

¿Qué es?

Proceso interactivo y de acompañamiento que tiene como objetivo ayudar a las personas o equipos a alcanzar sus **metas**, mejorar su **desempeño** y desarrollar **habilidades** específicas.



¿Cómo se aplica?

1

Establecer una relación de confianza

Estar abierto para compartir y recibir, considerar al coach como una figura que le brinda su apoyo incondicional y concebir la transformación.

2

Realiza preguntas

Realizar preguntas que incluyen “¿Cómo?”:

Invita al coachee a que genere opciones, estrategias y defina acciones que le acerquen más a su meta.



¿Cómo se aplica?

3

Prioriza las estrategias

Es un proceso clave para asegurar que tanto el coach como el coachee se enfoquen en las áreas que proporcionarán el mayor impacto positivo.

4

Retroalimentación positiva

Se proporciona con el propósito de permitir reforzar las fortalezas y superar deficiencias, con cuatro objetivos principales:

- Informar.
- Reconocer.
- Motivar.
- Mejorar el desempeño.

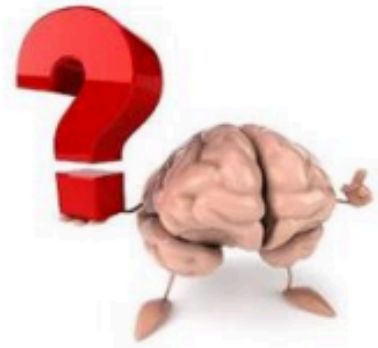


3

Recursos a considerar para realizar una herramienta de "Coaching":

1

Las preguntas que transforman las estructuras de referencia permitirán al coachee actuar de manera diferente y crecer.



SIMPLES ≠ COMPLEJAS
NEUTRALES ≠ DIRIGIDAS
ABIERTAS ≠ CERRADAS
ACTIVAS ≠ ANALÍTICAS
ÚNICAS ≠ MÚLTIPLES

2

SIMPLES ≠ COMPLEJAS

- ¿Podrías describir el sentimiento que te evocó el pensar en esa situación en particular?
- *Y dime... ¿eso cómo te hizo sentir?*

NEUTRALES ≠ DIRIGIDAS

- ¿Crees que si tomas ese nuevo trabajo tu situación mejoraría?
- *¿Qué crees que pasaría si tomas ese nuevo trabajo?*

4

ABIERTAS ≠ CERRADAS*

- ¿Prefieres quedarte con esa idea o deseas cambiarla?
- *¿Cuáles son tus opciones?*

Nota:

- Una pregunta cerrada oportuna puede provocar o confirmar una decisión o conclusión.
- Una pregunta cerrada realizada demasiado pronto puede mostrar impaciencia por parte del coach o también que el coachee aún no está preparado para decidir.

3

ACTIVAS ≠ ANALÍTICAS

- ¿Por qué crees que te encuentras en esta situación?
- *¿Qué te ayudará a dar tus primeros pasos hacia lo que buscas?*

ÚNICAS ≠ MÚLTIPLES

- ¿En caso de haberte enojado?, ¿por qué crees que fue?, o ¿desde tu perspectiva que desato ese sentimiento?
- *¿Qué puedes hacer con ese sentimiento?*

Analiza las estructuras

Realiza las preguntas a conciencia.

¿Cómo realizarla?

Paso 1

Dibuja un **círculo grande** en una hoja de papel y **divídelo en 8 partes iguales**. Estas partes representan diferentes áreas de la vida.



Paso 2

Identifica las **áreas de la vida** (las más comunes) como salud, familia, amigos, pareja, etc.



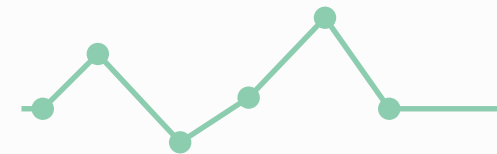
Paso 3

Pide al coachee que califique su satisfacción en cada área de su vida en una **escala del 1 al 10**, donde 1 es "totalmente insatisfecho" y 10 es "totalmente satisfecho".

100

Paso 4

Una vez que todas las áreas están calificadas, **conecta los puntos** en cada sección para formar un círculo dentro del círculo original.



Paso 5

Observa las áreas con las puntuaciones más bajas y más altas y discute con el coachee **cómo se siente** acerca de estas áreas.

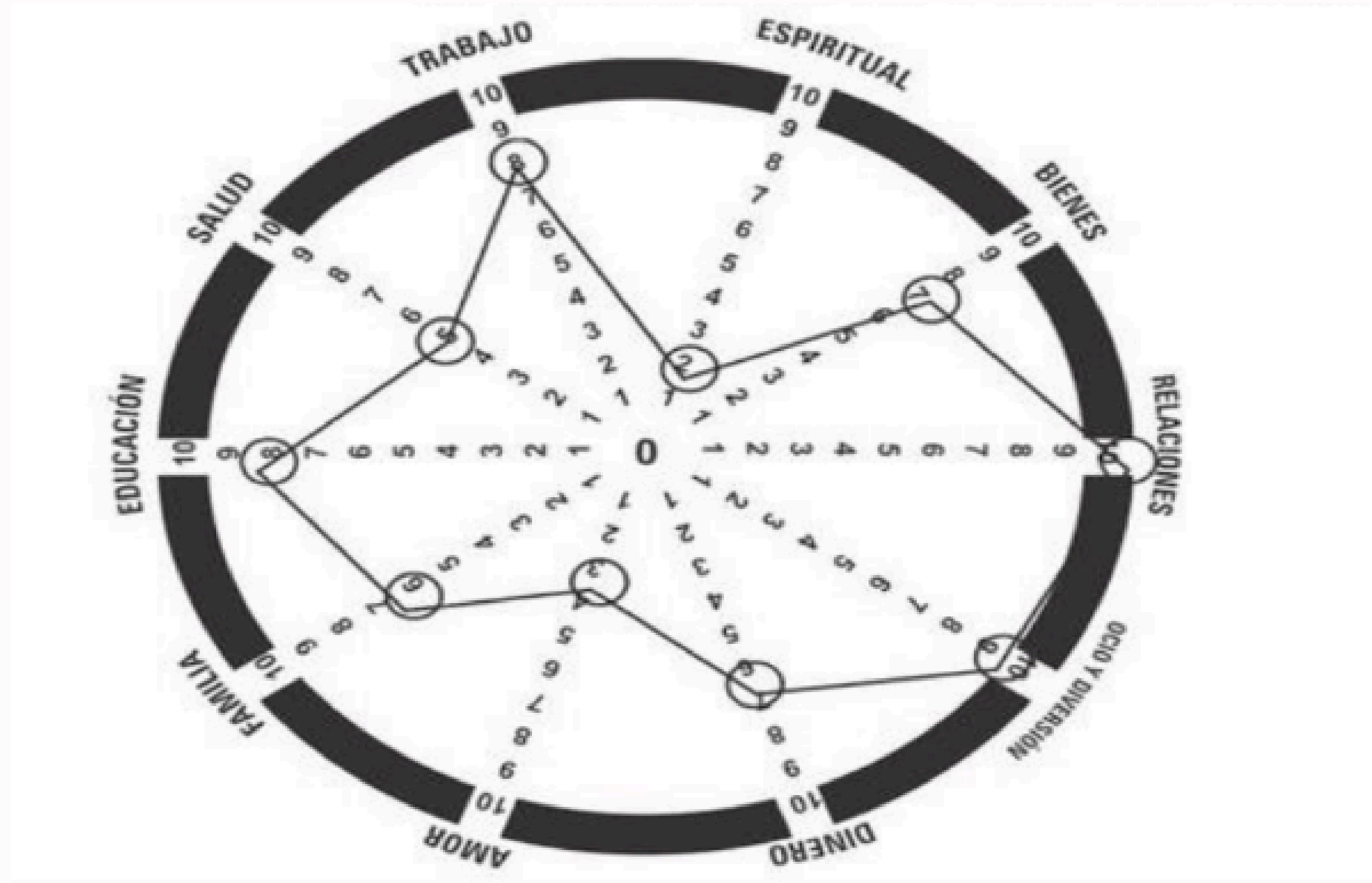


Paso 6

Desarrolla un **plan de acción** con pasos concretos que el coachee pueda tomar para mejorar en esas áreas.



¡LISTO!, tienes tu “rueda de vida”.





Hospital pyme



hospital_pyme_cucea



<http://hospitalpyme.mx>



dudas@cucea.udg.mx