

LOS 5 PASOS DEL INTERCAMBIO DE COACHING



1. Identifica

Qué quiere el cliente lograr y hablar.

PREGUNTAS DE EJEMPLO

- ¿ En que te gustaria enfocarte hoy?
- ¿ Hacia dónde te gustaria ir con todo esto?
- ¿ Qué significa esto para ti?
- ¿ De esos cinco temas, ¿cuál es tu máxima prioridad?
- ¿ Que necesitas más para ti mismo?
- ¿ Qué debe suceder para ti en esta sesión?
- ¿ Cuál te parece más urgente?
- ¿ Qué quieres que cambie en esta situacion?
- ¿ Cuál es el mejor uso de nuestro tiempo juntos?
- ¿ Qué es una cosa que quieres cambiar?
- ¿ Qué es importante para ti acerca de lograr el resultado que deseas de esta sesión?



2. Descubre

Explorar las opciones, creencias, perspectivas y aprendizajes.

PREGUNTAS DE EJEMPLO

- ¿ Qué podría suceder?
- ¿ Qué resultado deseas?
- ¿ Si supieras la respuesta, ¿cuál sería?
- ¿ Cómo ha funcionado esto en el pasado?
- ¿ Cómo responderán los demás?
- ¿ Esa es una opción... ¿cuál es la otra? ¿Qué has intentado ya?
- ¿ What have you already tried?
- ¿ Si pudieras comenzar de nuevo, ¿qué cambiarías?
- ¿ Qué podría funcionar mejor?
- ¿ Qué has observado que funciona para otros?
- ¿ Cómo te sientes al respecto?
- ¿ Qué valores estás honrando?
- ¿ Qué significa ____ para ti?
- ¿ Qué crees que falta?



3. Estrategia

Plan de acción para cerrar la brecha entre hoy y la meta futura

PREGUNTAS DE EJEMPLO

- ¿ Qué creencias te impide dar ese paso?
- ¿ Qué debe suceder?
- ¿ Cuál sería el resultado de este enfoque?
- ¿ Cómo contribuirán estas acciones a lograr tu meta?
- ¿ Con quién necesitas hablar?
- ¿ Qué es lo más importante que hacer aquí (ahora)?
- ¿ Qué necesitas hacer para alcanzar tu meta?



4. Despeja El Camino

Abordar los obstáculos del plan de acción.

PREGUNTAS DE EJEMPLO

- ¿ Qué temas que pueda suceder?
- ¿ Cuales son los obstáculos esperados?
- ¿ Qué recursos necesitas?
- ¿ Qué otras áreas de tú vida necesitan cambiar para apoyar esto?
- ¿ Qué está impidiendo que alcances tu meta?
- ¿ A quién involucrarás para que tu plan se haga realidad?
- ¿ A quién más necesitas para completar este paso?
- ¿ Con quién necesitas comunicar esto?
- ¿ Algo te detiene?
- ¿ Con quién necesitas hablar?
- ¿ Qué falta?



5. Recapitula

Consolidar claridad para la acción futura.

PREGUNTAS DE EJEMPLO

- ¿ Qué aprendiste hoy?
- ¿ Cuál es tu plan para las próximas semanas?
- ¿ Al recapitular esto, ¿qué otros temas vienen a la mente?
- ¿ Qué tan realista es esa fecha dado el horario de todos?
- ¿ Qué otros compromisos tienes en ese periodo de tiempo?
- ¿ Qué harás y para cuándo?
- ¿ Cuando es un buen momento para nuestra próxima reunión?
- ¿ Cómo le gustaría rendir cuentas de sus compromisos?

EL MODELO 5.5.5



El Proceso

Los 5 Pasos del Intercambio en el Coaching

- Identifica
- Descubre
- Crea Estrategia
- Despeja el Camino
- Recapitula



Las Habilidades

Las 5 Habilidades Básicas del Coaching

- Escucha
- Cuestiona
- Alienta
- Pide
- Plan de Acción



La Mentalidad

Los 5 Principios Rectores

- Sé Curioso
- Acepta
- Apoya
- Enfócate
- Comprométete

DECIR



Decir Qué
Hacer



GESTORÍA

Resolverle
A Alguien el
Problema



ENTRENAMIENTO

Dar
Consejo



CONSULTORÍA

Ofrecer
Guía



EAP/TERAPIA

Hacer
Preguntas



MENTORÍA

Ayudar A
Alguien a
Resolver Sus
Problemas



COACHING