

# LOS 5 PASOS DEL INTERCAMBIO DE COACHING



## 1. Identifica

**Qué quiere el cliente lograr y hablar.**

### PREGUNTAS DE EJEMPLO

- 8 En que te gustaria enfocarte hoy?
- 8 ¿Hacia dónde te gustaria ir con todo esto?
- 8 ¿Qué significa esto para ti?
- 8 De esos cinco temas, ¿cuál es tu máxima prioridad?
- 8 ¿Que necesitas más para ti mismo?
- 8 ¿Qué debe suceder para ti en esta sesión?
- 8 ¿Cuál te parece más urgente?
- 8 ¿Qué quieres que cambie en esta situacion?
- 8 ¿Cuál es el mejor uso de nuestro tiempo juntos?
- 8 ¿Qué es una cosa que quieres cambiar?
- 8 ¿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

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



## 3. Estrategia

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

### PREGUNTAS DE EJEMPLO

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



## 4. Despeja El Camino

**Abordar los obstáculos del plan de acción.**

### PREGUNTAS DE EJEMPLO

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



## 5. Recapitula

**Consolidar claridad para la acción futura.**

### PREGUNTAS DE EJEMPLO

- 8 ¿Qué aprendiste hoy?
- 8 ¿Cuál es tu plan para las próximas semanas?
- 8 Al recapitular esto, ¿qué otros temas vienen a la mente?
- 8 ¿Qué tan realista es esa fecha dado el horario de todos?
- 8 ¿Qué otros compromisos tienes en ese periodo de tiempo?
- 8 ¿Qué harás y para cuándo?
- 8 ¿Cuándo es un buen momento para nuestra próxima reunión?
- 8 ¿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

PREGUNTAR



Decir Qué  
Hacer



GERENCIA

Resolverle  
A Alguien el  
Problema



ENTRENAMIENTO

Dar  
Consejo



CONSULTORÍA

Ofrecer  
Guía



EAP/TERAPIA

Hacer  
Preguntas



MENTORÍA

Ayudar A  
Alguien a  
Resolver Sus  
Problemas



COACHING