

GUÍA DE TRABAJO 1

**COACHING DE HABILIDADES
COMUNICACIONALES**

Hola!

Te invitamos a dar un par de vueltas más a la tuerca a las distinciones de la coordinación y las peticiones efectivas.

El propósito de esta guía, es acompañarte en el proceso de llevar a la práctica esta nueva distinción, transformándola en una herramienta concreta que te ayude en tu trabajo.

Antes de comenzar, te queremos mostrar a qué “Enemigos del cambio” te puedes enfrentar:

Al recibir esta Guía, puede que hayan aparecido algunos pensamientos que obstaculizan tu camino de aprendizaje y cambio. Como es frecuente que ellos aparezcan, es bueno que los puedas identificar:

<i>“No tengo tiempo para esto”</i>	La paradoja del aprendizaje es que, muchas veces, para avanzar es necesario detenerte un momento, permitiéndote un tiempo para ti, para reflexionar tu experiencia, para contestar estos ejercicios, para tener conversaciones con otros y para que todo lo descubierto “no quede ahí”. La invitación es que te des el tiempo a ti mismo para trabajar en ti.
<i>“Dado quien soy, eso no lo voy a poder cambiar”</i>	Lo maravilloso de los seres humanos es nuestra capacidad para evolucionar y adaptarnos a nuevos contextos. No somos seres con estructuras estáticas y ya definidas que no admiten transformaciones. Somos seres en continuos procesos de cambio. “Estamos siendo.
<i>“Ya participé del taller y con eso estoy listo”</i>	Es importante que no confundas adquirir conocimiento con incorporar verdaderamente el aprendizaje, a través de las modificaciones de hábitos y conductas. El cambio se comienza a dar cuando al conocimiento adquirido se le suma el aumento de destrezas para realizar lo que deseas realizar en tu vida.

Ejercicio 1. Completa la siguiente tabla, registrando aquellas **ÁREAS** de la empresa con las que consideras que te **COORDINAS** mejor y aquellas con las que crees que la coordinación no es tan efectiva o fluida.

	ÁREAS con las que me Coordino BIEN	ÁREAS con las que NO me Coordino BIEN
1		
2		
3		

* Puedes continuar este listado, registrando a más personas con las que toca interactuar en el trabajo.

Ejercicio 2. Completa la siguiente tabla, registrando aquellas **PERSONAS** de tu trabajo con las que consideras que te **COORDINAS** mejor y aquellas con las que crees que la coordinación no es tan efectiva o fluida.

	Personas con las que me Coordino BIEN	Personas con las que NO me Coordino BIEN
1		
2		
3		
4		
5		

* Puedes continuar este listado, registrando a más personas con las que toca interactuar en el trabajo.

Ejercicio 3. Realiza una Autoevaluación de la efectividad de tus peticiones, indicando el grado de logro respecto a cada elemento clave

Elementos Claves	% de Logro
	De 1 a 5 (donde 1 es cero logro y 5 es totalmente logrado)
Inquietud / Para qué	
Identificar Quien Pide (quien es el Cliente)	
Identificar Quien debe ejecutar (a quien les estamos pidiendo)	
Señalar con claridad la acción futura (¿qué estoy pidiendo?)	
Señalar el tiempo de entrega	
Explicitar las CONDICIONES DE SATISFACCIÓN (¿Cómo lo quiero o necesito?)	
Ser conciente del Trasfondo de Obviedad Compartida (esa información que estamos segur@s que ambos compartimos)	
Ser conciente de si existe confianza en las capacidades o la posibilidad de cumplimiento del otro y actuar conforme a eso	
Asegurarme que el contexto es el mejor posible	

