

PAQUETE PARA ROMPER EL HIELO EN COACHING: GUIÓN DEL COACH

SERVICIOS DE COACHING

Hoja de Trabajo de Autoevaluación y Expectativas

*Este documento debe completarse junto con el cliente. Usted, como coach, puede hacer las preguntas y escribir las respuestas dadas por el cliente. También puede hacer preguntas adicionales. La sesión puede ser una conversación que toque estos temas si eso se siente más orgánico que hacer las preguntas en un estilo de entrevista. Las respuestas a algunas preguntas, como #6 y #7, pueden ser difíciles de identificar para los clientes cuando se les solicita, pero puedes buscar pistas sobre las respuestas del cliente a través de la forma en que abordan otras preguntas.*

**1.** ¿Cuáles son los principales objetivos de sus sesiones de coaching? Haga que los clientes identifiquen los objetivos antes de intentar asignarles prioridad

**2.** Enumere estos objetivos en orden de prioridad:

**3.** ¿Qué espera obtener de sus sesiones de coaching? Si bien es similar a las preguntas anteriores, queremos comprender específicamente por qué la persona está aquí para recibir coaching y por qué sintió que esta era la mejor vía para ayudar a lograr sus objetivos

**4.** ¿Dónde se ve en...

Este puede ser un buen punto para decirle al cliente que el coaching está destinado a ser una relación productiva a corto plazo, no solo una relación de apoyo continua. Por esta razón, se han seleccionado plazos cortos, en lugar de mirar hacia años el futuro*.*

3 meses:

6 meses:

1. meses:

**5.** ¿A qué retos se enfrentas? ¿Qué es lo más difícil para usted en este momento?

**6.** ¿Cuáles son sus 3 mayores fortalezas?

**7.** ¿Cuáles son sus 3 principales debilidades?

**8.** ¿Qué ideas tiene para avanzar? En el coaching, recuerde que el cliente tiene todas las respuestas, y nosotros solo estamos tratando de traer conciencia a las respuestas y ayudarlos a verlas.

Este es uno de los primeros pasos para dar autonomía al cliente para pensar en cómo progresar hacia sus objetivos // hacia la superación de sus desafíos.

**9.** ¿Cuál es su estilo de aprendizaje preferido? Es decir, ¿prefiere ver, oír o leer para aprender mejor?

**10.** ¿Tiene alguna idea sobre cómo le gustaría que se llevaran a cabo las sesiones de coaching? Describa su sesión de coaching ideal.

**11.** Cuéntame algo sobre usted que crea que debería saber para entrenarle mejor

Dedique algún tiempo a esta pregunta: esta sesión es un tiempo valioso para establecer una relación con el cliente y aprender sobre él como persona.

**12.** ¿Cuál es una pregunta o inquietud específica que tiene? Hay una tendencia a que las personas no expresen las preguntas o preocupaciones que puedan tener, por lo que queremos preguntar directamente a los clientes cuáles son sus preocupaciones, no si tienen alguna, sino qué tienen específicamente.

Formulario de Mi Historial de Coaching

He trabajado con \_\_\_ coach(es) en el pasado. (¡¡Los coaches de atletismo también cuentan!!) Enumere las fechas y duraciones a continuación:

Si al cliente le cuesta pensar en coaches, recuérdele que no tiene que ser un "coach de vida" designado: un coach es cualquier persona que ayude a una persona a alcanzar su potencial.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Dígame por qué eligió a los entrenadores con los que trabajó. ¿Qué los hizo atractivos para usted?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Por favor, enliste sus tres logros más importantes que resultaron directamente de sus experiencias anteriores en coaching. Aunque esta pregunta se presenta por separado, estos logros pueden mencionarse a lo largo de la conversación. A veces puede ser complicado pensar en logros en el momento, así que trate de estar atento a si se mencionan en puntos anteriores o posteriores de la sesión.



Dígame qué hubiera deseado que sus coches anteriores hubieran hecho o dicho de manera diferente.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

¿Por qué terminó la relación con sus coaches anteriores?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_