



ESTUDIO LEGAL

Diagnóstico General del Coachee

Nombre:

Puesto:

Empresa:

Lugar y fecha de aplicación:





ESTUDIO LEGAL

Introducción

Bienvenida/o a este espacio de aprendizaje.

Las competencias pueden definirse como “características de la personalidad que se traducen en comportamientos que generan un desempeño exitoso”.

El objetivo fundamental es identificar las áreas de oportunidad, inquietudes personales, brechas y deseos para desarrollar un programa personalizado que permita fortalecer tu talento y efectividad personal.

La información que nos proporciones es confidencial por lo que te pedimos contestar los documentos que se presentan a continuación con la confianza de que los datos proporcionados se manejarán con privacidad y respeto y serán útiles para tu desarrollo personal y profesional.

Las evaluaciones son técnicamente herramientas para el desarrollo de las personas por tal motivo no vale la pena engañarnos a nosotros mismos. Si buscamos mejorar debemos ser sinceros y dejar constancia de las competencias que necesitamos trabajar.

Agradecemos la confianza depositada en nosotros y te invita a disfrutar esta experiencia de aprendizaje y desarrollo.

Muchas gracias.





Datos generales

Nombre completo: _____

Mi nombre corto es... (Como te gusta que te llamen):

Fecha de nacimiento:

Lugar de nacimiento:

Lugares en los que he radicado y duración en años:

Lugares en México	Años

Lugares en el extranjero	Años

Formación profesional:

Carrera técnica, profesional, maestría, etc., cursos o cualquier evento de formación que has recibido.

Áreas de experiencia profesional (en las que has trabajado, aunque no estén vinculadas a tu formación profesional)

Áreas de desarrollo profesional (en las que has trabajado y que estén vinculadas a tu formación profesional)

Talentos artísticos: (pintura, escritura, baile, música, etc.)



ESTUDIO LEGAL

Pasatiempos:

Actividades deportivas:

Temas de interés conversacional:

Actividades sociales:

Actividades culturales:

Actividades altruistas:

Otras actividades o comentarios:

Correo electrónico: _____

Teléfonos para contactarte: _____





Ejercicio 1: Autoconocimiento

Completa los espacios vacíos:

Me gusta que me digan: _____, _____. Nací un _____ de _____ de _____ a las _____ hrs.

Lo que más me gusta de mí es:

Algo que me gustaría cambiar:

Me considero alguien:

Lo que más valoro:

Me alegra:

Lo que más necesito es:

Lo que me hace feliz es:

Me gustaría trascender a través de _____ haciendo _____ ya que esto me permitiría _____ y así

Ejercicio 2. Perfil Plan de Vida



Utiliza los siguientes cuadros para proporcionar la información correspondiente:

Define tu situación actual:



ESTUDIO LEGAL

Lo que te gustaría lograr o situación deseada:

Identifica 3 fuerzas impulsoras (fortalezas) y 3 fuerzas restrictivas (áreas de oportunidad o áreas de mejora)

Fuerzas impulsoras	Fuerzas restrictivas





ESTUDIO LEGAL

Define tu propósito trascendente:



Ejercicio 3.**Frases auto descriptivas**

Instrucciones: Completa las siguientes frases con aquello que primero venga a tu mente. No pienses demasiado las respuestas. En caso de que la idea no venga rápido continúa con la siguiente frase, y al final, regresa a completar las frases faltantes.

	FRASE	RESPUESTA
1	Yo soy como ...	
2	El amor es ...	
3	Emocionalmente soy ...	
4	Mi cuerpo es ...	
5	Mi lenguaje es ...	
6	El dinero es como ...	
7	El trabajo es ...	
8	En mi trabajo soy ...	
9	Mis colaboradores son como ...	
10	Mis colaboradores me ven como ...	
11	Mi liderazgo es ...	
12	Mis jefes son como ...	
13	Mis jefes me ven como ...	
14	Mis clientes/as (usuarios/as) son como ...	
15	Mis clientes/as (usuarios/as) me ven como ...	
16	Mis clientes/as (usuarios/as) me consideran alguien ...	
17	Mi área de trabajo es ...	
18	Mi puesto de trabajo es como ...	
19	La interacción de mi equipo es ...	
20	Para mí el trabajo es como ...	
21	Actualmente mi rol de trabajo es ...	
22	En un futuro será ...	
23	En el futuro me veo como ...	
24	Lo que no me gustaría que cambiara en mi trabajo ...	
25	Lo que me gustaría que cambiara es ...	

Ejercicio 4.**Autoevaluación por competencias**

Te solicitamos que asignes a cada comportamiento el valor acorde a la escala que se presenta a continuación.

Es importante contestar de manera **honesta**, expresando lo que realmente piensas de forma **respetuosa** contigo mismo/a, con el objeto de buscar tu crecimiento y **efectividad**.

Escala de evaluación

Frecuentemente	4
Algunas veces	3
Pocas veces	2
Casi nunca	1

No.	Comportamiento	Valor
1	He trabajado en mi crecimiento personal	
2	Me reconozco como una persona integral	
3	Me puedo describir como una persona creativa e innovadora	
4	Sé escuchar, identificando a la escucha como la suma de percibir (oír, observar el lenguaje corporal y emociones) más interpretar	
5	Definiendo al liderazgo como la capacidad de influir en otros, considero que soy un líder	
6	Puedo reconocer las emociones que se me presentan de manera sencilla	
7	Soy sensible ante las necesidades de los demás	
8	Me preocupo por mi constante crecimiento personal	
9	Soy congruente con lo que pienso	
10	Tengo conciencia de mi cuerpo (reconozco lo que le pasa)	
11	Puedo identificar los aspectos relacionados con mi personalidad que me impulsan y me limitan	
12	Tengo claras las diferentes áreas que constituyen mi visión integral como ser humano	
13	En la solución de alguna situación específica o problema tengo tendencia a buscar opciones diferentes	

14	Tengo la capacidad de comunicarme de manera clara y asertiva con los demás	
15	Cuando coordino acciones con otros, obtengo los resultados que había planeado previamente	
16	Identifico las reacciones que me producen las diferentes emociones	
17	Reconozco a mi intuición y la escucho	
18	Puedo definirme como alguien con tendencia a desarrollar a los demás	
19	Sustento mis decisiones en valores fundamentales, aún si la decisión va en contra de mis intereses personales	
20	Reconozco las emociones que se presentan a través de mi cuerpo	
21	Puedo contestar con facilidad la pregunta ¿quién soy? o definirme como el ser humano que soy	
22	Identifico con facilidad la pregunta ¿quién soy? o definirme como el ser humano que soy	
23	Identifico con facilidad la forma en que mis acciones afectan favorable o desfavorablemente a otros	
24	Cuando establezco comunicación con otras personas cuido siempre ser honesto, respetuoso y efectivo	
25	Tengo la capacidad de coordinar a un grupo para conseguir un objetivo	
26	Establezco interacción entre los dominios del lenguaje, el cuerpo y las emociones	
27	Soy flexible, puedo modificar mis opiniones y puntos de vista al escuchar los de otros	
28	Busco el desarrollo integral de mi equipo o el de los grupos a los que pertenezco	
29	Uso los principios y valores como punto de referencia para elegir opciones y tomar decisiones	
30	Cuido mi cuerpo a través del ejercicio, la alimentación, la respiración y el consumo suficiente de agua	

Mil gracias por tu colaboración.