

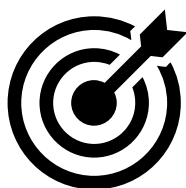
PREGUNTAS para AYUDAR A FIJAR OBJETIVOS CON CONFIANZA

Basadas en una idea de Enric Lladó

Explica cuál es el objetivo de esta conversación a la persona con quien estás. Seguro que se sorprende.

- “ En una sola frase, ¿qué es lo que quieres conseguir?
- “ ¿Cómo sabrás que lo has conseguido?
- “ ¿Qué te impide conseguirlo?
 - “ ¿Qué más?
 - “ ¿y qué más?...
- “ ¿Qué puedes hacer para conseguirlo?
 - “ ¿Qué más?
 - “ ¿y qué más?...
 - “ ¿Qué pasará si haces A?
 - “ ¿Qué pasará si haces B?
 - “ ¿Qué pasará si haces C?
 - “ ¿Qué más?
 - “ ¿Y qué más?
- “ ¿Con cuál de las alternativas te sientes más comprometido?
 - “ ¿Cuál te parece más posible?
 - “ ¿Cuál te supone un primer paso más sencillo?
 - “ ¿Cuándo estás dispuesto a empezar?
- “ Del 1 al 10 ¿qué grado de satisfacción te supone la opción que has elegido?
 - “ ¿Qué le falta para que sea un 10?
 - “ ¿Esto hace que te replantees la opción?
 - “ Entonces ¿qué has decidido hacer?
 - “ ¿Cuál es el plan?

REUERDA!



- ✓ ¡Siempre buen humor!
- ✓ ¡Busca un lugar adecuado y un espacio cómodo!
- ✓ ¡Escucha activamente!
- ✓ ¡Observa la comunicación no verbal!
- ✓ ¡Cuida la tuya!
- ✓ ¡Respetar los silencios!

