



Herramienta: Destilar los puntos fuertes de los problemas

Resultado: Entenderá sus capacidades para utilizar sus habilidades y lograr objetivos. Será capaz de utilizar su propio potencial de forma más eficiente.

Paso 1

Descripción del problema

¿Con qué está usted luchando en este momento? Describa el problema: Ejemplo: "Estoy estresado, porque no estoy preparado para mi próxima negociación ya que tengo demasiado trabajo que hacer".

¿Con qué está luchando en este momento? Describa el problema a continuación: Ejemplo: "Estoy estresado, porque no estoy preparado para una próxima negociación ya que tengo demasiado trabajo que llevar a cabo".

Paso 2

Identificar la influencia

¿En qué área de la vida influye el problema? Describa la influencia: Ejemplo: "El exceso de trabajo influye en mis relaciones familiares negativamente".

¿En qué área de la vida influye el problema? Describa la influencia: Ejemplo: "El exceso de trabajo influye en mis relaciones familiares negativamente".

Paso 3

Identificar el comportamiento problemático en usted mismo

¿Hay algo que usted esté haciendo demasiado o demasiado poco, que contribuye al desafío subyacente?

Paso 4

Identificar sus fortalezas

¿Cómo puede usted reformular el comportamiento identificado en el paso 3 como un punto fuerte? En el contexto de este problema, puede usted haberlo infrautilizado o sobreutilizado. Ejemplo: "Mi punto fuerte subyacente que contribuye a esta situación es: "Presto demasiada atención a los detalles".



Consejo: ¡Las pequeñas acciones dan impulso!

