

INDICE

Prólogo	IX
1. Las Metas del Coaching Efectivo	1
¿Está usted desperdiciando a su recurso más valioso?	1
Cuestionario de cociente de accesibilidad	1
Los beneficios del Coaching efectivo	5
Entre tanto, regresemos a la cartelera de mensajes...	10
Listado de verificación del coach para el capítulo 1	13
2. Las Cualidades de un Coach Efectivo	15
Características de un coach efectivo	16
Cómo convertir las actitudes en acciones	23
Listado de verificación del coach para el capítulo 2	26
3. ¿Qué Quieren sus Jugadores?	27
Búsqueda de la motivación real más allá de la compensación económica	28
Tres fuerzas que motivan a sus empleados	29
Estrategias para el Coaching motivacional	33
Listado de verificación del coach para el capítulo 3	36
4. Indicadores del Coaching Efectivo	37
Lo que en realidad expresa su lenguaje corporal	37
Cómo se “expresa” su lenguaje corporal	42
Elementos de una sesión de Coaching efectivo	43
Listado de verificación del coach para el capítulo 4	50
5. Cómo Plantear Preguntas Efectivas	51
Cualidades de las preguntas efectivas	53
Siete tipos principales de preguntas	59
El porqué de preguntar “¿Por qué?”	62
Tres sugerencias para hacer preguntas	63
Listado de verificación del coach para el capítulo 5	64
6. Cómo Ser un Buen Oyente	65
Las siete claves para escuchar con eficiencia	65
Las tres “R” para escuchar con eficiencia	71
Ir más allá de escuchar	72
Listado de verificación del coach para el capítulo 6	72
7. Solución de Problemas Mediante el Coaching	73
Siete pasos para la solución efectiva de problemas	74
Manejo de los grados de dificultad	77
Listado de verificación del coach para el capítulo 7	84
8. El Coach Como Entrenador	85
Directrices para el coach del entrenamiento	90
¿Qué tipo de entrenador debe ser usted?	91
Entrenamiento efectivo: desde el punto de vista de aprendiz	92
Una sesión ideal de entrenamiento	95
¿Cómo sabría si el entrenador funcionó?	95
Listado de verificación del coach para el capítulo 8	95
9. El Coach Como Consejero	97
Tipos de consejería	97
Requisitos para ser un consejero efectivo	99
Consejería para definir el trabajo	102

Consejería para motivar	103
Respecto por las fronteras de la consejería	104
Listado de verificación del coach para el capítulo 9	105
10. El Coach Corrector	107
Haga que sea un encuentro en vez de una confrontación	107
Aplique la fórmula APE: acción positiva específica	109
Defina con claridad las consecuencias	110
Construya a partir de lo posible	111
Tenga en cuenta el futuro	112
Destruyores del desempeño	113
Listado de verificación del coach para el capítulo 10	117
11. Obstáculos para el Coaching	119
Ausencia de propósito genuino	119
Su ansiedad	121
El temor y la desconfianza de ellos	122
Resistencia al cambio	124
Ausencia de habilidades de Coaching	125
La barrera del lenguaje	126
Limitaciones del Coaching	127
Listado de verificación del coach para el capítulo 11	130
12. Pasos para el Coaching Efectivo	131
Paso 1. Defina el desafío y describa el resultado esperado	132
Paso 2. Analice posibles opciones de solución	134
Paso 3. Desarrolle un plan de acción	136
Paso 4. Establezca plazos	137
Paso 5. Defina criterios de evaluación	137
Paso 6. Facilite la acción	137
Paso 7. Persevere hasta el final	138
Listado de verificación del coach para el capítulo 12	139
13. Una Vez más con la Retroalimentación	141
Elementos de la retroalimentación efectiva	141
Antes de que usted haga retroalimentación	145
Cómo dar malas noticias	147
Retroalimentación a partir de su retroalimentación	150
Listado de verificación del coach para el capítulo 13	152
14. Coaching Mediante Recompensas	153
Recompensas tangibles	153
Recompensas simbólicas	154
Recompensas intangibles	155
Reglas para hacer las recompensas	156
El coach como motivador	158
Listado de verificación del coach para el capítulo 14	159
15. Principios Adicionales para el Coaching Efectivo y un Buen Vivir	161
El principio de iniciar el proceso: no importa dónde comienza	161
El principio del control: Usted no puede controlar a nadie	162
El principio de las decisiones: tómelas con prontitud	162
El principio del tiempo: aprovéchelo	162
El principio de las preguntas: haga muchas	165

El principio de los errores: todos los cometemos	165
El principio de la ira: Siéntala sin actuar impulsado por ella	166
El principio de la objetividad: no existe tal cosa	167
El principio de la generalización: sea específico	167
El principio de las nimiedades: Despreocúpese de ellas	168
El principio del temor: enfréntelo	168
El principio del modelaje de funciones: lidere mediante el ejemplo	168
El principio de la vida: usted la necesita	169
Listado de verificación del coach para el capítulo 15	169
Índice	171