

Diseño Estratégico de Identidad (DEI)

OBJETIVO

Esta herramienta tiene como objetivo complementar tu proceso de coaching personal. Es una actividad que involucra un trabajo reflexivo y personal para obtener resultados distintos a futuro.

A continuación, te invito a explorar y transformar aquellos juicios que quieras fuera de tu vida, y a diseñar una identidad más parecida a lo que deseas. Esta actividad conlleva un análisis profundo sobre la persona que eres hoy, con tus juicios y afirmaciones que lo sustentan, para luego comenzar a intervenir el dominio de las acciones y obtener resultados diferentes en el futuro.

INDICACIONES

1. Escoge un contexto (familia, trabajo, amigos, estudio...)
2. Escoge un juicio que no quieras, algo que deseas cambiar de ti. Anótalo en el 1º cuadrante (juicios-situación actual).
3. En el 2º cuadrante (juicios-situación futura) escribe el juicio contrario en positivo, aquello que deseas incorporar en ti.
4. En el 3º cuadrante (acciones-situación actual) escribe las acciones que sustentan este juicio que deseas fuera de tu vida. Acciones concretas, afirmaciones que hablen del juicio que deseas cambiar. Mientras más acciones detectes más se facilita el hacerse cargo. Si ocurre que no tienes afirmaciones revisa si realmente posees tal juicio que deseas cambiar.
5. En el 4º cuadrante (acciones-situación futura) indica las acciones en positivo que haría una persona con el juicio que anotaste arriba (2º cuadrante). Son acciones concretas, no nuevos juicios. A continuación, revisa el siguiente ejemplo:

ACTIVIDAD:
DEI (Diseño Estratégico de Identidad)

Facilitador: Victor Hugo Lara



	SITUACIÓN ACTUAL	SITUACIÓN FUTURA
JUICIO	"No escucho a mis compañeros de trabajo"	"Escucho a mis compañeros de trabajo"
ACCIONES	<ul style="list-style-type: none"> En las reuniones de los lunes, cuando no hablo miro mi teléfono sin prestar atención al resto Cuando me habla Javier lo interrumpo abruptamente Hace dos meses que no atiendo las llamadas de Ximena Insistentemente busco la forma de que se haga lo que yo creo correcto, sin revisar si otras alternativas son mejores a las mías 	<ul style="list-style-type: none"> En las reuniones escucho a mis compañeros sin distracción Espero a que termine de hablar Javier antes de dar mi opinión Atiendo siempre las llamadas de Ximena Leo y escucho todas las propuestas del equipo, luego resolvemos en conjunto que es lo mejor para todos

ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE

Luego de lo anterior, observa los 4 cuadrantes y comienza a diseñar una “estrategia de aprendizaje”. Básicamente se trata de identificar posibilidades... ¿qué tienes que aprender?, ¿qué tienes que dejar de hacer?, ¿qué tienes que comenzar a hacer?... Son aquellas estrategias necesarias para ir de la situación presente de las acciones a la situación futura de las acciones. El siguiente cuadro indica como completar esta etapa del DEI:

Acciones que puedo emprender hoy mismo	Acciones que pueden hacer ahora mismo, sin mayor revisión. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Llamar a Ximena
Aprendizaje de 1º orden	Son los aprendizajes inmediatos, posibles de emprender sin mayores desplazamientos personales. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Aprender a que en toda reunión debo apagar mi teléfono Aprender a callar cuando otra persona está hablando
Aprendizaje de 2º orden	Aprendizajes que tienen que ver con el tipo de persona que eres hoy, con tus juicios, creencias, valores, con aquellas

	<p>cosas que te constituyen. Aprendizaje que implica un cambio de mirada. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aprender que frente a un problema pueden existir múltiples respuestas igualmente válidas
Coaching	<p>Anota aquellas reflexiones que deseas levantar con tu coach como parte de tu proceso. El diseño estratégico de identidad (DEI) es un proceso que, en algunos casos, implica observar cosas que a simple vista no están tan claras. Por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none">• No logro empatizar con el resto...• Comprendo las diferencias que tenemos todos y todas en el trabajo; sin embargo, los veo como iguales y les exijo lo mismo que a mí...• Sudo y tiemblo cada vez que hablo con mi jefatura... No veo el dolor ajeno con claridad...

Luego de completar ambos cuadros: obsérvalos, analízalos y reflexiona sobre ellos. Revisa tus emociones, cuerpo y lenguaje; ¿qué te dicen?; registra tus apreciaciones, y luego comparte con tu coach para que en conjunto amplíes esta reflexión y tu proceso personal.