

HERRAMIENTA DE APLICACIÓN

Mapa del patrón de respuesta

Separa hechos, interpretaciones, conductas y efectos.

Reconstruye el ciclo antes de intentar cambiarlo.

Compara escenas, condiciones y excepciones. Un episodio no demuestra un patrón: el mapa ayuda a construir una hipótesis, no a etiquetar personas.

S	Situación	Contexto
	Describe una escena concreta: qué ocurrió, cuándo y en qué condiciones. Usa hechos que puedan verificarse. <i>«¿Qué ocurrió exactamente antes de que respondieras?»</i>	
I	Interpretación	Significado
	Identifica la historia, expectativa o supuesto que construiste sobre los hechos. No lo presentes como un dato. <i>«¿Qué significado le diste a lo ocurrido?»</i>	
R	Respuesta	Conducta
	Reconstruye lo que hiciste, dijiste, decidiste o evitaste a partir de esa lectura. Incluye tus omisiones. <i>«¿Cómo respondiste y qué dejaste de hacer?»</i>	
E	Efecto	Resultado
	Observa las consecuencias inmediatas y posteriores, y cómo podrían reforzar tu interpretación inicial. <i>«¿Qué produjo tu respuesta en las personas y en el trabajo?»</i>	

EJEMPLO HIPOTÉTICO: CÓMO PUEDE REPETIRSE EL CICLO

El líder interpreta una demora como falta de capacidad y resuelve por el equipo. El equipo vuelve a esperar y esa espera refuerza la lectura inicial. Comprueba si esta secuencia ocurre en tu caso; no la des por cierta.

CONTRASTA ANTES DE CONCLUIR

Busca evidencia a favor y en contra, excepciones y otra perspectiva.
Pregunta: «¿Qué dato me haría revisar esta explicación?».
Reconoce tu contribución sin culparte ni diagnosticar a otras personas.

Reconstruye un patrón real

Observa antes de intervenir y define qué comprobarás.

Elige una situación que se haya repetido. Describe hechos concretos, contrasta al menos un supuesto y define qué observar después. Evita datos confidenciales.

Fecha: _____

01 Situación repetida y resultado que produce

02 Hechos, ejemplos y frecuencia observables

03 Interpretación o supuesto habitual

04 Respuesta que suele aparecer

05 Efecto inmediato y posterior de esa respuesta

06 Hipótesis alternativa y evidencia que necesito buscar

07 Mi participación y lo que observaré la próxima vez

08 Comprobaciones para esta práctica

- ☐ Buscaré un dato que pueda debilitar mi primera explicación.
- ☐ Incluiré al menos otra perspectiva sobre la situación.
- ☐ Nombraré mi propia respuesta sin convertirla en culpa.

AL OBSERVAR DE NUEVO

¿Qué dato cambió mi lectura y dónde puedo responder de otra manera?
