

AXENT INSTITUTE · MATERIAL DE APLICACIÓN

Hoja de trabajo RESET

Recaídas, recuperación y continuidad

5 páginas · Preparación · Conversación ·
Evidencia · Seguimiento

MÓDULO 08 DE 10 · SELF · PEOPLE · PERFORMANCE

Tu empresa creció. Ahora hagamos crecer a sus líderes.



01 · SITUACIÓN REAL

Observa sin diagnosticar

EPISODIO E IMPACTO

Qué ocurrió, compromiso afectado y consecuencia...

SECUENCIA DE DESVIACIÓN

Señal, contexto, estado, respuesta y efecto...

SEÑALES OBSERVABLES

Hechos, palabras, tono, conducta, sensaciones y contexto. Separa observación de interpretación.

02 · MODELO RESET

Prepara tu intervención

R · RECONOCER SIN DRAMATIZAR

¿Qué ocurrió exactamente y qué compromiso afectó?

S · SEPARAR IDENTIDAD

¿Qué conclusión personal estás añadiendo al hecho?

T · TRANSFERIR APRENDIZAJE

¿Qué cambiarás para no depender de una promesa mayor?

E · EXAMINAR LA SECUENCIA

¿Dónde comenzó a desviarse el sistema?

E · ELEGIR RETORNO MÍNIMO

¿Cuál es la acción más pequeña que reabre la trayectoria?

NOTAS DE PREPARACIÓN

Hipótesis que mantendrás abiertas, respuesta automática que evitarás y conducta que desees ensayar.

03 · CONVERSACIÓN

Diseña y ensaya

APERTURA

Hecho observable, propósito y permiso o encuadre de la conversación.

EXPLORACIÓN

Tres preguntas genuinas; hipótesis que debes mantener abiertas; señales que escucharás.

LÍMITE O DIRECCIÓN

Responsabilidad, estándar, decisión o siguiente acción que no debe quedar ambigua.

CIERRE

Acuerdo, responsable, fecha, evidencia y momento de seguimiento.

04 · EVIDENCIA

Aprende del episodio

QUÉ OCURRIÓ

Describe conductas y palabras; evita evaluar personalidad o intención.

QUÉ ELEGÍ

¿Qué parte de RESET utilicé? ¿Dónde reaccioné en automático?

EFFECTO INTERPERSONAL Y OPERATIVO

Qué cambió en comprensión, confianza, coordinación, decisión o resultado.

SIGUIENTE ENSAYO

Una conducta que conservarás, una que ajustarás y cuándo practicarás de nuevo.

05 · SEGUIMIENTO

Cierra el ciclo de aprendizaje

FEEDBACK QUE SOLICITARÉ

Persona, pregunta específica, momento y señal que permitirá calibrar la capacidad.

EVIDENCIA EN 7 DÍAS

Frecuencia, intensidad, conducta elegida y efecto observable.

EVIDENCIA EN 30 DÍAS

Patrón que disminuye, respuesta que aumenta y resultado que debería sostenerse.

DECISIÓN DE CONTINUIDAD

Sostener, ajustar, elevar el riesgo de práctica o elegir la siguiente capacidad.

☐ Observé sin diagnosticar ☐ Regulé antes de intervenir
☐ Protegí responsabilidad y relación ☐ Definí seguimiento