

Ejercicio:

Construir motivación para el trabajo en red

Cuando piensas en tus habilidades para trabajar en red, ¿qué habilidad específica quieres reforzar y utilizar más con flexibilidad?

Escribe tu frase objetivo con un máximo de ocho palabras.

Por ejemplo: "Quiero hacer preguntas con curiosidad".

1. ¿Qué evitas, qué dejará de ocurrir cuando utilices tu (comportamiento objetivo)?
2. ¿Qué consigues, qué dejará de ocurrir si utilizas tu (comportamiento objetivo)?
3. ¿Qué les gusta a las y los demás de tu (comportamiento objetivo)?
4. ¿Hasta qué punto consideras que tu (comportamiento objetivo) es deseable?
5. ¿Cuáles son los primeros pasos para realizar tu (comportamiento objetivo)?
6. ¿Qué sueles conseguir con tu (comportamiento objetivo)?
7. ¿Qué diferencia marcarás en tu vida con tu (comportamiento objetivo)?
8. ¿En qué situaciones has utilizado ya comportamientos similares a tu (comportamiento objetivo)?
9. ¿Cómo puedes propiciar distintas oportunidades para que puedas utilizar tu (comportamiento objetivo)?
10. ¿Qué tiene que ocurrir paso a paso para que pongas en práctica tu (comportamiento objetivo)?
11. ¿En qué medida esperar y reaccionar te ayuda a conseguir tu (comportamiento objetivo)?
12. ¿Qué quieres hacer activamente para que tu (comportamiento objetivo) te resulte más fácil?
13. ¿Cuándo debes cuidarte a vos mismo(a) para poder usar y aprovechar tu comportamiento (objetivo)?
14. ¿Hasta qué punto debes cuidarte para poder utilizar tu (comportamiento objetivo)?
15. ¿Qué te parece si asumes que ya has conseguido tu (comportamiento objetivo)?
16. ¿Cómo te sientes cuando comparas tu progreso en el aprendizaje desde la última situación de trabajo en red?
17. ¿Cómo has contribuido continuamente a desarrollar y mantener tu (comportamiento objetivo) ahora y en el futuro como gestor(a) de redes?
18. Detente un momento y pregúntate qué ha cambiado en tu forma de pensar y en qué medida cambiarás ahora realmente tu comportamiento?