

Seguimiento de Hábitos Productivos

Esta herramienta permite realizar un seguimiento de aquellos nuevos hábitos productivos dentro del proceso de Coaching utilizando una tabla de cuatro semanas. Esta tabla permite ir señalando cada día logrado en la integración del nuevo hábito.

Coachee _____

Hábito	
--------	--

Fecha Inicio _____

Semana 1	1	2	3	4	5	6	7
Semana 2	1	2	3	4	5	6	7
Semana 3	1	2	3	4	5	6	7
Semana 4	1	2	3	4	5	6	7

Hábito	
--------	--

Fecha Inicio _____

Semana 1	1	2	3	4	5	6	7
Semana 2	1	2	3	4	5	6	7
Semana 3	1	2	3	4	5	6	7
Semana 4	1	2	3	4	5	6	7

Hábito	
--------	--

Fecha Inicio _____

Semana 1	1	2	3	4	5	6	7
Semana 2	1	2	3	4	5	6	7
Semana 3	1	2	3	4	5	6	7
Semana 4	1	2	3	4	5	6	7