

Análisis FODA

Fortalezas

- ◆ ¿Cuáles son tus puntos fuertes?
- ◆ ¿Qué es lo que mejor se te da?
- ◆ ¿En qué eres bueno?
- ◆ ¿Qué crees que hay en ti y te da más posibilidades actualmente?
- ◆ ¿En que puedes destacar dentro de tu área (por ejemplo, las habilidades, las certificaciones, la educación o las conexiones)?
- ◆ ¿Qué recursos personales tienes que sean potenciadores?
- ◆ ¿Qué cosas haces muy bien?
- ◆ ¿Qué capacidades tienes?
- ◆ ¿Qué aptitudes y actitudes tienes?
- ◆ ¿Qué creen los demás que haces muy bien?
- ◆ ¿Qué te gusta hacer?
- ◆ ¿Cuál es tu pasión?
- ◆ ¿Tienes habilidades específicas (como una segunda lengua) que podrían ayudar en el logro de tu objetivo?

Oportunidades

- ◆ ¿Qué ventajas encuentras en tu entorno que puedas aprovechar?
- ◆ ¿Qué es lo más positivo de tu profesión, negocio u oficio, que te facilite el encontrar posibilidades?
- ◆ ¿Qué factores de tu entorno pueden facilitarte conseguir tu objetivo?
- ◆ ¿Qué recursos o qué posibilidades crees que hay en tu entorno que puedan ayudarte en el logro de tu objetivo?
- ◆ ¿Qué circunstancias mejoran tu situación?
- ◆ ¿Cómo puedes aprovecharte de las circunstancias actuales?
- ◆ ¿Son demandados tus conocimientos en tu entorno/organización/mercado?
- ◆ ¿Cómo favorece la situación económica del país tus aspiraciones?
- ◆ ¿Existen cambios tecnológicos/sociales/políticos/laborales/familiares que puedan beneficiarte?
- ◆ ¿Qué nuevas tecnologías te pueden ayudar?
- ◆ ¿Está tu área profesional en crecimiento? Si es así, ¿cómo te puedes beneficiar de ese crecimiento?
- ◆ ¿Tienes una red de contactos estratégicos para ayudarte, o que te puedan asesorar?
- ◆ ¿Qué tendencias ves en tu área, y cómo puedes aprovecharte de ellas?
- ◆ ¿Qué oportunidades puedes identificar en este momento?

También, el *coachee* puede ver sus puntos fuertes, y preguntar si estos abren oportunidades.

Debilidades

- ◆ ¿Qué cosas son las que tú no haces bien y consideras que tienes que mejorar?
- ◆ ¿Qué tareas sueles evitar porque no te sientes seguro de hacerlas?
- ◆ ¿Qué es lo que la gente que te rodea ve como tus puntos débiles?
- ◆ ¿Estás completamente seguro de tu educación y formación profesional? Si no, ¿dónde estás más débil?
- ◆ ¿Cuáles son tus hábitos de trabajo negativos (por ejemplo, “que a menudo llegues tarde”)?
- ◆ ¿Cómo podrías valorar, la organización de tus tareas?
- ◆ ¿Cómo podrías valorar tu carácter?
- ◆ ¿Cómo gestionas tu tiempo?
- ◆ ¿Cómo llevas el manejo del estrés?
- ◆ ¿Tienes alguna interferencia interna que te limite en tu campo? (Por ejemplo, si tiene que llevar a cabo reuniones de manera regular, el miedo a hablar en público podría ser una debilidad).
- ◆ ¿Qué te gustaría mejorar y que te ayude en tu desarrollo personal y profesional?

Amenazas

- ◆ ¿Qué obstáculos externos enfrentas en la actualidad?
- ◆ ¿Cuáles son las barreras de tu entorno que pueden impedirte conseguir tu objetivo?
- ◆ ¿La tecnología cambiante es una amenaza para tu actividad?
- ◆ ¿Qué situaciones puedes considerar como una amenaza para ti?

También el *coachee* puede ver sus debilidades, y preguntarse si podría abrir nuevas oportunidades mediante el trabajo sobre esas debilidades.

Análisis Interno			
Fortalezas - Puntos Fuertes		Debilidades – Puntos débiles	
F1		D1	
F2		D2	
F3		D3	
F4		D4	
F5		D5	
Análisis Externo			
Oportunidades		Amenazas	
O1		A1	
O2		A2	
O3		A3	
O4		A4	
O5		A5	

Luego de listar cada una de las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas que fueron identificadas, puede dar respuesta a las siguientes interrogantes:

- ◆ ¿Qué oportunidades puedes aprovechar utilizando tus fortalezas?
- ◆ ¿Qué oportunidades puedes aprovechar transformando tus debilidades?
- ◆ ¿Qué amenaza puedes evitar utilizando tus fortalezas?
- ◆ ¿Qué amenaza puedes evitar minimizando tus debilidades?

Definir las posibles estrategias a adoptar para potenciar los puntos fuertes, aprovechar las oportunidades, mejorar los puntos débiles y superar las amenazas.