**VIDEO**

***“HISTORIA AMERICANA”***

**INSTRUCCIONES**

* *Buscar* un espacio tranquilo donde puedas desconectarte de los ruidos externos comunes. Regálate este espacio.
* *Meditar* en cada detalle del video.
* *Desarrollar* las respuestas de manera clara y concisa.

**Nombre Alumno: \_\_\_\_\_\_\_\_\_Jeanett Carranza\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**PREGUNTAS**

Observa el Video las veces que consideres necesarias y responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué consideras ha sido lo más importante para Ti de lo que has observado en el video?

 Lo primero es que no se debe ver el pasado, sino apuntar al futuro, y cuando se hace la

 pregunta correcta hay un cambio.

1. ¿En qué partes del video se identifica las características de las preguntas poderosas en las sesiones de Coaching? Explique cada una de ellas.

**a.Qué, cuando, quién, cómo?:** la primera pregunta es ¿hay cosas que no

 encajan?

**b.Conduce a la acción:** le dice que está fingiendo no ver que todo es una

 mentira.

**c.Orientados a objetivos , no a problemas:** Ahora debes mantenerte abierto

 Y le empieza a explicar acerca de su rabia.

**d.LLevan hacia el futuro, más que el pasado**: empieza a describir lo que le

**** pasó, que culpaba a todos por el dolor, sufrimiento que le pasaban a él y asu pueblo.

****Cuando te haces la pregunta correcta tienes que mirar al future y no al pasado.

**e.Contienen presuposiciones poderosas:** algo de lo que haz hecho ha mejo**-**

 rado tu vida? Es una pregunta poderosa, que lo saca de su zona de confort.

****

**f.Provocan estados emocionales:**

****

****Provocó una respuesta de ayúdame!