**CUESTIONARIO DE LA BUENA FORMA**

1. ¿Qué quieres lograr?

Liderar un programa de acompañamiento destinado a mujeres de mas de 40 años que padezcan de obesidad para que logren incorporar de manera permanente hábitos conductuales, nutricionales y de rutinas de ejercicio que optimicen sensiblemente su calidad de vida.

1. ¿Depende de vos?

Si, a partir de lograr conformar un grupo interdisciplinario de profesionales que trabajen de manera coordinada y colaborativa.

**¿Qué número de profesionales tendrá ese grupo interdisciplinario?**

**¿Profesionales de qué áreas específicamente?**

1. ¿Cuál será el resultado al alcanzar el objetivo?

 Una población de pacientes que alcancen metas predefinidas.

**¿Y cuál será el resultado para vos?**

1. ¿Cómo sabrás cuando lo hayas logrado?

Estableciendo un sistema de recolección y gestión de datos, de los que resulten indicadores cuantitativos y cualitativos que, de manera precisa, determinen si las metas fueron alcanzadas o no.

**¿Qué datos cualitativos y cuantitativos determinarán si se alcanzaron las metas específicamente?**

1. ¿Qué verás, oirás y sentirás cuando hayas alcanzado tu objetivo?

Veré personas que han mitigado o superado sus trastornos de alimentación a partir de la incorporación de hábitos saludables.

**¿Qué vas a sentir al ver a las personas que han superado sus trastornos de alimentación incorporando hábitos de alimentación saludables?**

1. ¿Cuándo, dónde y con quién quieres lograr tu objetivo? ¿Hay algún momento en que no lo desees?

Lograré mi objetivo dentro de los seis primeros meses de iniciado el programa, con el equipo de profesionales, en la ciudad donde vivo, capital de la provincia de Santa Fe. No hay ningún momento en el que no desee alcanzar mi objetivo.

**¿Y cuándo vas a iniciar el programa?**

1. ¿De qué manera lograr este objetivo cambiará tu vida?

Lograr el objetivo cambiará mi vida porque cuando lo haya hecho sabre que pude ayudar a personas a revalorizarse y a mejorar su calidad de vida.

**¿Qué te hace dudar acerca de poder ayudar a las personas a revalorizarse y a mejorar su calidad de vida?**

1. ¿Con qué recursos cuentas para alcanzar el objetivo?

Cuento con los siguientes recursos:

* Equipo interdisciplinario que adhiere al proyecto
* Software informático.
* Protocolización de procesos apoyado en indicadores para verificar metas.
* Espacio físico para realizar las consultas de los profesionales y donde los pacientes realizarán las actividades físicas.

**¿Con qué recursos internos: creencias, actitudes, capacidades, habilidades de comunicación contás para alcanzar el objetivo?**

1. ¿Qué necesitas para lograrlo?

Una certificación de coaching.

**¿Cuándo vas a obtener tu certificación?**

1. ¿Qué te impide alcanzarlo?

Nada.

1. ¿Cómo sabrán los demás que alcanzaste tu objetivo?

Por una demanda creciente de personas que quieran incorporarse al programa.

**¿De qué manera específica sabrán las personas acerca del programa?**

1. ¿Cuál será el primer paso para lograr tu objetivo?

La incorporación de los primeros pacientes al programa.

**¿Cuándo vas a incorporar esos primeros pacientes?**

1. ¿Cuáles serán los siguientes?

La mejora continua del programa a partir de un análisis del modelo de madurez.