Sanity Check Structure

**1. Bienestar General**

¿Cómo te sientes en general?

¿Cómo te va con el equilibrio entre tu vida personal y el trabajo?

¿Has experimentado algún tipo de estrés o agotamiento recientemente?

¿Sientes que tienes el apoyo necesario para mantener un buen estado de bienestar?

**4. Recursos y Soporte**

¿Tienes todo lo que necesitas para realizar tu trabajo eficientemente?

¿Hay alguna herramienta o recurso adicional que podría ayudarte a mejorar tu productividad?

¿Sientes que tienes acceso a la información necesaria para tomar decisiones informadas?

**5. Feedback y Comunicación**

¿Cómo sientes la comunicación dentro del equipo?

¿Hay algo que podría mejorar en la forma en que nos comunicamos?

¿Te sientes cómodo proporcionando feedback a tus compañeros y a mí?

¿Hay alguna retroalimentación que te gustaría compartir sobre cómo están funcionando las cosas?

**6. Desarrollo Profesional**

¿Cómo te sientes respecto a tu desarrollo profesional?

¿Estás progresando hacia tus objetivos de carrera?

¿Hay alguna habilidad que te gustaría desarrollar o mejorar?

¿Te gustaría explorar nuevas oportunidades de aprendizaje o formación?

**8. Diversidad e Inclusión**

¿Te sientes incluido y valorado en el equipo?

¿Hay algo que podamos hacer para mejorar la inclusión y la equidad dentro del equipo?

¿Sientes que tienes igualdad de oportunidades para crecer y desarrollarte en la organización?

**9. Plan de Acción**

¿Cuáles son tus prioridades para las próximas semanas?

¿Hay algún objetivo específico en el que te gustaría concentrarte?

¿Cómo puedo apoyarte mejor en tus próximas tareas y proyectos?

**Cierre de la Sesión**

¿Hay algo más que te gustaría discutir o mencionar?

¿Hay alguna pregunta o inquietud que no hayamos cubierto?

***------------------------------------2. Progreso de Proyectos----------------------------------------------***

*¿Cómo van tus proyectos actuales?*

*¿Estás enfrentando algún desafío que te esté dificultando el progreso?*

*¿Hay algo que necesites para avanzar más eficientemente?*

*¿Sientes que estás recibiendo el apoyo necesario para cumplir con tus metas?*

**------------------------------------3. Carga de Trabajo y Productividad------------------------------**

¿Te sientes cómodo con tu carga de trabajo actual?

¿Hay alguna tarea o proyecto que esté consumiendo demasiado tiempo?

¿Existen maneras en las que podríamos optimizar tu flujo de trabajo?

¿Cómo estás manejando tu tiempo entre las diferentes responsabilidades?

**--------------------------------------------------7. Innovación y Creatividad--------------------------------**

¿Tienes alguna idea nueva o iniciativa que te gustaría explorar?

¿Te sientes respaldado para tomar riesgos o experimentar con nuevas ideas?

¿Hay formas en las que podríamos fomentar más la creatividad en tu trabajo diario?