

Feedback Constructivo

1. ¿Qué es y para qué sirve?

Feedback Constructivo es una herramienta diseñada para transformar quejas emocionales o juicios personales en herramientas de desarrollo profesional.

Su objetivo: Ayudarte a preparar conversaciones difíciles sin herir a la otra persona. Funciona como un "traductor" que toma tu enojo o frustración (ej: "*Es un irresponsable*") y lo convierte en un guion objetivo basado en hechos, reduciendo la actitud defensiva del receptor y abriendo el diálogo.

2. La Metodología (Cómo piensa la App)

La aplicación se basa en el modelo **SCI** (Situación - Comportamiento - Impacto), el estándar de oro para el feedback efectivo. La IA realiza tres procesos internos:

1. **Detecta Toxicidad:** Mide qué tan agresivo o cargado de juicios está tu borrador original.
2. **Separa Hechos de Juicios:** Filtra las opiniones subjetivas (ej: "eres flojo") y rescata solo lo observable (ej: "entregaste el reporte 2 días tarde").
3. **Redacta el Guion SCI:**
 - **S (Situación):** Contexto (Cuándo/Dónde).
 - **C (Comportamiento):** Qué hizo exactamente.
 - **I (Impacto):** Cómo afectó eso al equipo o al resultado.

3. Instrucciones de Uso (Paso a Paso)

Paso 1: Definir la Relación

- **Nombre:** Ingresas el nombre de la persona.
- **Relación:** Selecciona tu vínculo (Jefe, Par, Cliente, etc.). Esto ayuda a la IA a calibrar el nivel de autoridad y cercanía del lenguaje.

Paso 2: El Desahogo (Sin Filtro)

En el campo "**Describe la situación**", escribe libremente lo que te molesta. No te preocupes por ser "políticamente correcto" aquí; la herramienta está diseñada para limpiar ese texto.

- *Ejemplo:* "Estoy harto de que Pedro llegue tarde a las reuniones, es un irresponsable y me hace quedar mal con los clientes..."

Paso 3: Transformar

Haz clic en "**Transformar en Feedback Profesional**".

4. Interpretación de Resultados

La herramienta te entregará un análisis completo antes del guion final:

1. **Diagnóstico de Toxicidad:** Una barra de progreso (verde/amarilla/roja) que te indica qué tan agresivo era tu mensaje original (Nivel 1 al 10).
2. **Análisis del Coach:** Un desplegable que te muestra qué "Juicios" fueron eliminados y qué "Hechos" fueron rescatados. Esto sirve para que tú aprendas a diferenciar ambos conceptos.
3. **Guion Sugerido (SCI):** El texto final listo para leer, que incluye la estructura SCI y una pregunta de cierre para invitar al otro a hablar.
4. **Tip Extra:** Un consejo breve sobre lenguaje corporal o tono de voz para el momento de la reunión.

5. Historial y Rescate

Si tienes varias conversaciones pendientes, la aplicación guarda las últimas 5 transformaciones en el "**Historial de conversiones**" al final de la página. Puedes recargarlas con un clic para preparar tus reuniones una por una.

6. Exportar y Guardar

Para preparar tu reunión de feedback:

1. **Copiar Texto:** Usa el icono de copia para llevar el guion a tus notas personales.
2. **Descargar Archivo:**
 - **Word (.docx):** Ideal para editar y guardar en la carpeta de desempeño del colaborador.
 - **PDF (.pdf):** Para tener el guion a mano durante la conversación presencial.

7. Ejemplo Práctico

Input del Usuario:

- **Nombre:** "Pedro"
- **Queja:** "Pedro es un desastre, siempre interrumpe en las reuniones y no deja hablar a nadie. Es muy arrogante."

Output (Transformación SCI):

- **Nivel de Toxicidad:** 8/10 (Alto - Contiene juicios como "desastre" y "arrogante").
- Guion Generado:

"Pedro, quería hablar contigo sobre la reunión de ayer (Situación). Noté que interrumpiste a tus compañeros en tres ocasiones mientras presentaban sus ideas (Comportamiento). Esto causó que algunos se quedaran callados y no pudiéramos escuchar todas las propuestas (Impacto). ¿Cómo lo viste tú?"