

JE PRO VÁS KOUČINK VHODNÝ? OTESTUJTE SE.

Zodpovězte následujících 7 otázek a svým odpovědím na stupnici od 1 do 10 přiřadte bodové ohodnocení, které Vaši odpověď vystihuje:

NESOUHLASÍM této odpovědi můžete přidělit 1, 2 nebo 3 body
VCELKU SOUHLASÍM této odpovědi můžete přidělit 4, 5, 6, 7 nebo 8 bodů
SOUHLASÍM této odpovědi můžete přidělit 9 nebo 10 bodů

1. Jsem připraven vnést do svého života více rovnováhy
2. Jsem připraven zlepšit své osobní nebo pracovní vztahy
3. Jsem připraven udělat skutečně pozitivní změny ve svém životě
4. Jsem připraven realizovat svůj záměr/cíl
5. Jsem připraven pracovat na vytvoření plánu a realizovat konkrétní kroky k dosažení cíle
6. Jsem připraven překonat své limitující přesvědčení a chování
7. Jsem ochoten spolupracovat s někým, kdo mi při dosahování mého cíle pomůže
- SOUČET BODŮ**

VYHODNOCENÍ

- Pokud jste dosáhli méně než 22 bodů, **spolupráce s koučem pro Vás není vhodná.**
- Pokud jste dosáhli 22-47 bodů, **spolupráce s koučem přichází v úvahu.** Kouč Vám pomůže podívat se na problém z jiného uhlu pohledu a pomůže Vám vytvořit plán změny. Avšak, pokud se pro spolupráci rozhodnete, musíte zvážit svůj závazek zrealizovat kroky, které povedou k uvažovaným změnám. V opačném případě bude Vaše spolupráce bez zjevného výsledku.
- Pokud jste dosáhli více než 47 bodů, je pro Vás **spolupráce s koučem nejefektivnějším způsobem jak dosáhnout požadovanou změnu.** Jste pravděpodobně odhodlaný udělat vše, co povede ke zlepšení Vašeho stavu a dosažení změny po jaké toužíte. Zavolejte a domluvte si nezávaznou schůzku, která může být začátkem Vaší nové cesty.