

PRIMER CUESTIONARIO (PARA DETERMINAR SI TE CONVENDRÍA TRABAJAR CON UN COACH)

Indica si, en este momento de tu vida, las declaraciones siguientes son exactas (4/5), inexactas (1/2) ó están entre esos dos parámetros. Suma las puntuaciones y consulta las claves bajo el cuadro.

Este cuestionario te permitirá determinar si te conviene trabajar con un coach personal. Si tuvieras cualquier pregunta, contacta con nosotros.

Inexacto		Exacto			Declaraciones
1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	Tengo tiempo para invertir en mi mismo/a.
1	2	3	4	5	Puedo crear y mantener el compromiso conmigo mismo/a para trabajar en ello.
1	2	3	4	5	Hay una distancia entre donde estoy ahora mismo y donde quiero estar.
1	2	3	4	5	Estoy dispuesto/a a realizar el trabajo necesario para llegar a donde quiero llegar.
1	2	3	4	5	Estoy dispuesto/a a cambiar mi comportamiento si fuera necesario para evolucionar.
1	2	3	4	5	Estoy bastante abierto/a para intentar cosas nuevas.
1	2	3	4	5	A mi coach le diré la verdad sobre lo que pienso, siento y hago.
1	2	3	4	5	Tengo paciencia para lograr mis metas sin tener en cuenta sólo resultados inmediatos.
1	2	3	4	5	El coaching es la disciplina apropiada para realizar los cambios que deseo hacer.
1	2	3	4	5	Estoy dispuesto/a a invertir el tiempo y el dinero necesarios para perseguir mis objetivos.
					TOTAL de las puntuaciones

Claves:

- 10-20 Quizá no es el momento adecuado para que trabajes con un coach personal.
 21-30 Tu trabajo con un coach te puede ayudar con ciertas condiciones. Habla con tu coach.
 31-40 Preparado/a, listo/a y deseoso/a.
 41-50 Estás preparadísimo/a. ¡Asegúrate de que tu coach te pida el máximo!