



Você está pronto para iniciar o processo de Coaching?

Tire alguns minutos em seu tempo para refletir sobre esse exercício. De preferência, procure um local e um momento em que você não será interrompido e responda às perguntas abaixo da forma mais honesta possível.

Você está disposto(a) a investir tempo e energia em um processo de Coaching, garantindo que comparecerá às sessões marcadas, mesmo sabendo que o assunto que será discutido na sessão poderá tirá-lo da zona de conforto?

() Sim () Não

Você sente que está decidido a investir em você mesmo de forma consistente?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a realizar tarefas acordadas com seu coach durante as sessões, mesmo que elas signifiquem mudar alguns comportamentos e atitudes?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a manter sua palavra e o que foi combinado, sem lutar e sem sabotar suas atitudes?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a manter uma atitude receptiva e a experimentar novos conceitos e novas formas de fazer as coisas, mesmo quando ouvir ideias diferentes daquelas que acredita serem verdade?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a falar a verdade (sobre si mesmo e sobre o seu comportamento) para seu coach?

() Sim () Não

Você vê o Coaching como um investimento importante para você mesmo? Em função disso, está disposto a pagar pelo trabalho, sem se sentir mal em relação a isso?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a compartilhar o crédito de seu sucesso com seu coach?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a iniciar um processo de trabalho que mudará sua vida?

() Sim () Não

Você está disposto(a) a definir metas para sua vida e fazer o que for necessário para atingi-las?

() Sim () Não



Você está disposto(a) a desafiar seus limites e a fazer as coisas de forma diferente?

() Sim

() Não

Você está disposto(a) a mudar possíveis crenças limitadoras e hábitos arraigados a fim de atingir aquilo que se deseja para sua vida?

() Sim

() Não

Você está disposto(a) a abandonar a dúvida ou a atitude de pensar duas vezes sobre as decisões que tomou com a ajuda de seu coach?

() Sim

() Não

Você está disposto(a) a zelar por seu bem-estar e a conversar claramente com seu coach quando estiver se sentindo inseguro, em vez de simplesmente não fazer o que foi combinado?

() Sim

() Não

Você está disposto(a) a mudar a forma como vê o mundo a fim de se tornar uma pessoa melhor?

() Sim

() Não

Você está disposto(a) a olhar para seu comportamento mantendo uma atitude de disponibilidade para crescer?

() Sim

() Não

Você está disposto(a) a observar o seu modo de vida sob nova ótica, mesmo que isso lhe cause certo desconforto?

() Sim

() Não

GABARITO

De 1 a 6 - Seu Cliente não está preparado para iniciar o processo imediatamente. Dê-lhe mais algum tempo.

De 6 a 10 - Seu Cliente pode submeter-se ao processo. Entretanto, ele necessita de supervisão e incentivos constantes.

De 11 a 15 - Seu Cliente está preparado para iniciar o processo.

De 16 a 18 - Seu Cliente está mais do que pronto para iniciar o processo e vai demandar um alto nível de comprometimento de sua parte.