



Прошу Вас внимательно прочитать и заполнить анкету.

Обратите внимание, что для эффективного коучинга информация должна быть полной и честной.

Заполнение данной анкеты - это исследование вами ваших целей, планов, желаний, ожиданий, намерений и возможностей.

От ее полноты будет зависеть успех нашего с вами Проекта

Персональные данные	
Ваше имя	
Дата рождения	
При наличии ваш Web-сайт или блог	
Страна, город проживания	
Образование, специальность	
Лаконично опишите Вашу сегодняшнюю ситуацию и какие могут быть последствия при бездействии	
Ваш образ жизни	
Рабочих часов в день (в офисе)	
Сколько вы уделяете часов в день для самосовершенствования	
Кратко опишите ваши увлечения, хобби	
Кратко опишите вид спорта или физической активности, сколько часов в день вы посвящаете этому	
Сколько часов отдыха в день, как отдыхаете?	
Продолжительность и периодичность отпусков, места, виды отдыха	
Семейное положение, наличие детей. Если есть семья, благополучна ли Ваша семейная жизнь?	
Кого Вы любите больше всех на свете?	
Кто больше всех любит Вас?	
Цель Вашей жизни?	
Чего Вы хотите обязательно достичь?	
Что для вас счастье? Опишите какие чувства и что конкретно вы испытываете когда уверены вот именно сейчас я счастлива	
Когда Вы хотите достичь цели Вашей жизни?	
Что делает Вашу жизнь наиболее счастливой и полноценной?	
Назовите 3 наилучших момента Вашей жизни	
Чего Вам не хватает в жизни?	
Что Вы хотите добавить, чтобы сделать жизнь полной?	
Известно ли Вам, что Вам мешает в достижении Ваших целей?	
Ваши достижения	
Главные достижения Вашей жизни	
Ваши главные личные и профессиональные сильные стороны, таланты	
Что Вас больше всего вдохновляет, придает силы, заряжает энергией?	
За что в Вашей жизни Вы чувствуете благодарность и кому?	



Что в себе Вы цените выше всего?	
За что Вас ценят окружающие?	
Что в Вашей жизни является самым важным и ценным?	
Ваша цель, которые Вы хотите достигнуть с помощью Коучинга со мной?	
Главная цель для Коучинга	
Какие способы достижения этой цели Вы уже пробовали?	
Предполагаемые сроки достижения Вашей цели с помощью Коучинга	
Что произойдет, если цель не будет достигнута Вами в срок, или окажется недостижимой ?	
Коучинг, ожидания	
Что в процессе Коучинга Вы ожидаете от меня?	
Что я могу ожидать от Вас в процессе Коучинга?	
Как Вы узнаете, что Коучинг оказался эффективным?	
Дополнительная информация, необходимая для наилучшего взаимопонимания и эффекта Коучинга, которую Вы хотите добавить	
Дата заполнения Анкеты	

Пожалуйста, дайте Вашу оценку коуч-сессий по шкале от 1 до 10.

(1 = минимальная степень, 10 = максимальная степень).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Мозговые штормы вместе с коучем
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Глубокое понимание Вашей сути и Вашего потенциала
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Поддержка, мотивирование, позитивная оценка
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Исследование и снятие блоков и препятствий на пути к Вашему успеху
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ответственность в достижении результата
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Совместная работа по улучшению качеств Вашей личности
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Обсуждение и выработка шагов по реализации Вашего нового «Я» или Ваших целей
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Стратегическое планирование
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Честность и прямота: «неудобные» вопросы, побуждение Вас выйти из зоны комфорт