

CUESTIONARIO INICIAL PROCESO DE COACHING

A continuación vas a encontrar una serie de preguntas que te pedimos que respondas tras reflexionar sobre ellas.

Estas preguntas forman parte del inicio del proceso de coaching que vas a iniciar, y te van a ayudar a conocerte mejor y a cuestionarte algunas de tus realidades actuales.

¿Qué es lo que más me gustaría ser o hacer?

¿Cuáles son tus tres fortalezas principales?

¿Por qué frase quisieras ser recordad@?

¿Qué creencias/ideas estás dispuesta@ a cuestionar sobre ti y sobre el mundo?

¿Quiénes son las tres personas que más admiras o has admirado? y ¿cuáles son sus tres virtudes más importantes?

¿Cuáles han sido los tres momentos más felices de tu vida?

¿Qué principios/valores estaban en acción en esos momentos?

Si tuvieras todo el tiempo, dinero, recursos, competencias, capacidades. ¿Qué harías con el tiempo?

¿Cuál sería tu mejor manera de contribuir con algo de valor al mundo?

¿Cuáles son los cinco principios/valores universales que más respetas?

Si sólo te quedaran nueve meses de vida ¿Qué harías exactamente durante esos meses?

Firmado: