

¿Es tu momento para hacer Coaching?

Este test está pensado para que compruebes si es el momento idóneo para que empieces un proceso de Coaching. Con un folio cerca contesta las 10 preguntas que están a continuación marcando la puntuación que consideres necesario y luego suma los puntos que has marcado. Mira el resultado en la siguiente página.

(1: poco cierto / 5: muy cierto)

1.- Quiero invertir tiempo, energía y recursos en mí así como hacer una inversión económica en mi desarrollo.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

2.- Estoy preparado/a para hacer cambios reales y positivos en mi vida.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

3.- Estoy preparado/a y deseo cambiar hábitos que no me dejan avanzar.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

4.- Estoy preparado/a para marcarme objetivos y estar apoyado por un Coach para conseguirlos.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

5.- Estoy preparado/a para vivir en plenitud y tener equilibrio en mi vida.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

6.- Estoy dispuesto/a a no pedirle a mi Coach que me de las soluciones.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

7.- Estoy dispuesto/a a crear y poner en marcha acciones para alcanzar mi objetivo/os.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

8.- Estoy dispuesto/a a realizar planes de acción y tareas que beneficien mi aprendizaje.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

9.- Estoy dispuesto/a a ser honesto conmigo mismo/a y con mi coach y no querer que solo me escuchen.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

10.- Este es el momento idóneo para hacer un proceso de coaching. Estoy abierto/a al cambio.

Poco cierto - 1 2 3 4 5 - Muy cierto

De 10 a 20 puntos:

El Coaching de momento no es para ti.

De 20-30 puntos:

Estás cerca de hacer Coaching pero pasaríamos mucho tiempo definiendo lo que quieres.

De 30 a 40 puntos:

Es un buen momento para empezar un proceso de Coaching.

De 40 a 50 puntos:

Ahora es el momento idóneo para que comiences un proceso de Coaching.

¿Es el momento idóneo para hacer Coaching?
¡Reserva tu sesión gratuita YA!