



Анкета Клиента

Прочитайте и заполните необходимую информацию.

Как коучу мне важно понять кто Вы, что Вы цените и как подходите к жизни. В связи с этим я разработал эту анкету с разными вопросами, наталкивающими на размышление. Они разработаны с целью инициировать исследование того, чего Вы действительно хотите от своей жизни. Пожалуйста, выделите время на то, чтобы рассмотреть эти вопросы, а потом отправьте на e-mail или передайте лично свои ответы до первой сессии. Спасибо!

Имя, Фамилия _____

Дата рождения _____

Почтовый адрес _____

Телефон

• домашний: _____

• рабочий: _____

• мобильный: _____

E-mail: _____

Удобное время для связи с Вами _____

1) Почему Вы меня наняли?

2) На каких основных краткосрочных целях Вы хотите сфокусироваться следующие 90 дней (обозначь дату, когда Вы их хотите достичь).

Цель 1: _____ Дата: _____

Цель 2: _____ Дата: _____

Цель 3: _____ Дата: _____

Цель 4: _____ Дата: _____

Цель 5: _____ Дата: _____



Цель 6: _____ Дата: _____

Цель 7: _____ Дата: _____

Цель 8: _____ Дата: _____

Цель 9: _____ Дата: _____

Цель 10: _____ Дата: _____

3) На каких долгосрочных целях Вы хотите сфокусироваться в коучинге? (только те вещи, которые Вы действительно хотите, а не то, что Вам, кажется, нужно сделать!)

4) Что Вам хочется делать или достичь в течение жизни (личной или профессиональной), чтобы понять, что жизнь была хорошо прожита, без или с небольшим количеством сожалений?

5) Какая у Вас страсть в жизни? Что Вас делает наиболее счастливым и полноценным?



6) Какие Ваши наилучшие моменты, из прошлого (назовите, по крайней мере, 5)?

7) Что Вас мотивирует или дает Вам энергию? (т.е. сроки, кофеин, твои ценности, медитация, упражнения, природа, статус, адреналин и т.д.)

8) Что Вы считаете своими личными или профессиональными сильными сторонами?

9) Скажи мне 5 вещей личной/профессиональной жизни, в прошлом или настоящем, которыми Вы больше всего гордитесь.



10) Вам известны какие-то поведения/убеждения, которые стоят на пути достижения профессионального успеха и получения жизни, которая действительно нравится?

11) Напишите, что я должен знать о Вас, чтобы коучинг прошел наилучшим образом.

12) Как Вы будете знать, что коучинг был эффективным?

13) Что Вы ожидаете от меня в роли коуча?



14) Что я могу ожидать от Вас в этих коучинговых отношениях?

15) Какая цель или миссия Вашей жизни? Как Вы остаетесь верными этому?

16) Если описать жизнь как наилучшую – что в ней? Если написать работу «лучше не бывает» – что в ней?

17) Чего не хватает в Вашей жизни, что Вы могли бы добавить, чтобы сделать ее полной?



18) Что есть в Вашей жизни, за что Вы чувствуете благодарность?

19) Какие Ваши ценности? Отметьте те, которые являются самыми важными для Вас?

20) Какими прилагательными можно описать Вас на данный момент? Какие прилагательные описывают Вас в будущем?

21) И последнее, какие вопросы/переживания у Вас есть по поводу процесса коучинга?



Коучинговое соглашение

Коуч

1. Я согласен служить Вам как коуч – сотрудничать с Вами, чтобы определить и достичь Ваших личных и/или профессиональных целей.
2. Как коуч я не могу гарантировать результаты. Вы создаете мощные результаты в своей жизни, имея смелость и решительность воплощать действия в своей жизни.
3. В течении времени, которое мы проведем в коучинговой сессии, я посвящу мое время, мысли и энергию исключительно Вам. Между сессиями я не буду сразу доступен, т.к. я могу быть с другими, включая меня самого.
4. Я прошел обучение как коуч, но не как психиатр или доктор. Я не обучался диагностике психических или медицинских состояний. Если возникнет ситуация, когда Вам следует посетить лицензированного терапевта или доктора, то я буду рекомендовать Вам связаться с соответствующим профессионалом.
5. Как коуч, я привнесу внимательное слушание, понимание, веру в Вас и **веру в Ваш успех**. Вы можете рассчитывать на то, что я буду давать Вам вызовы, предлагать свежие взгляды, делать просьбы (включая домашнее задание), признавать Ваши победы и гарантировать полную конфиденциальность в этих сильных и близких отношениях.

Подпись коуча _____

Дата _____

Клиент

1. Я мотивирован и привержен тому, чтобы действовать по достижению определенных личных и профессиональных целей. Я осознаю то, что ничто не приведет к моему успеху, только мое **полное участие**.
2. Я беру всю ответственность на себя за поступки, которые могут быть результатом коучинга.
3. Я могу финансово позволить себе месячную стоимость коучинга в размере ____\$. Я согласен платить вовремя в начале каждого месяца сессий.
4. Я согласен не притягивать к ответственности Максима Цветкова ни по какой из ситуаций коучинговых отношений.

Подпись коуча _____

Дата _____