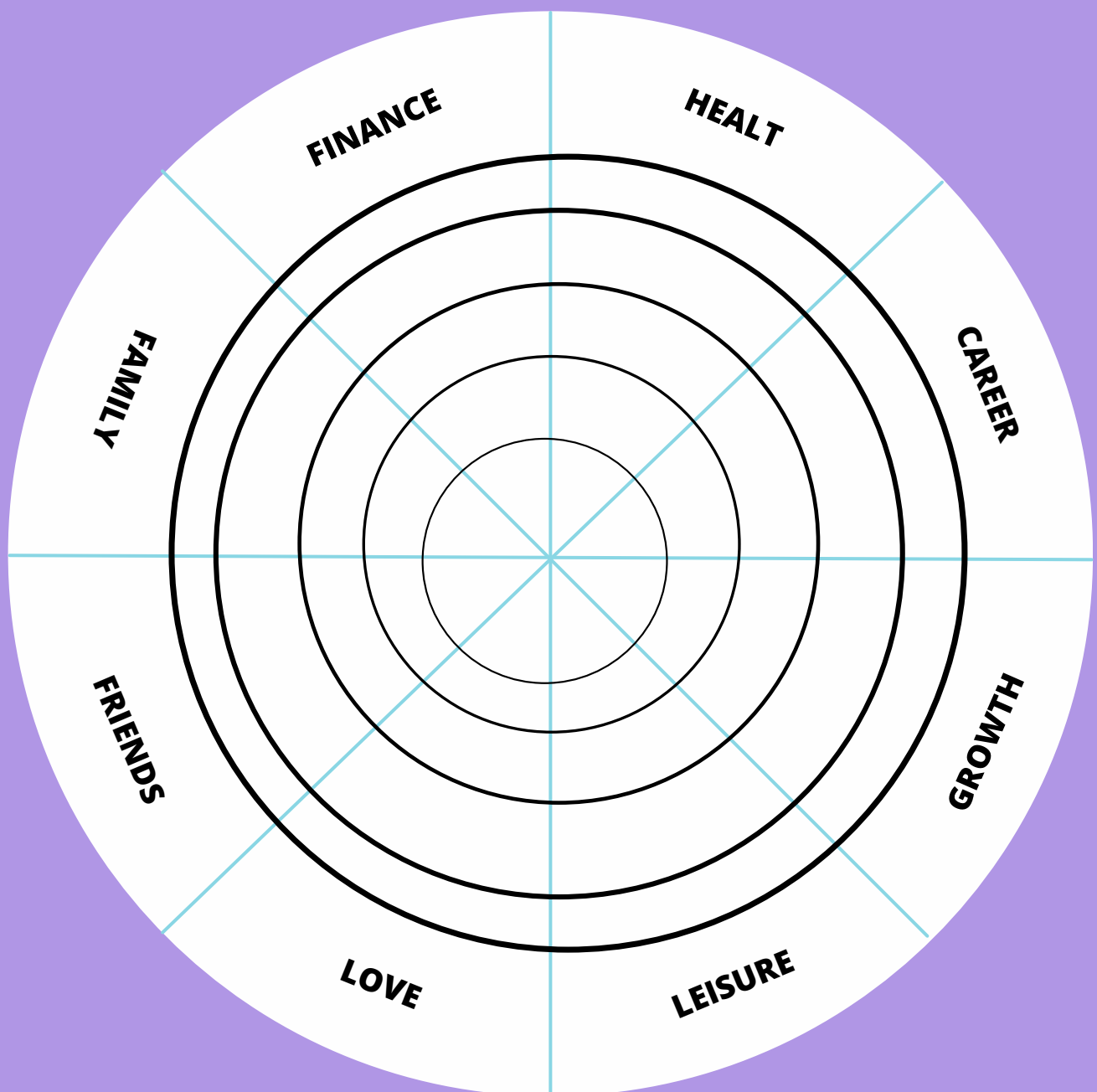




Wheel Of Life

Colora le singole parti indicando quanto sei soddisfatto. Parti dal centro (soddisfazione minima) fino al bordo (soddisfazione massima)



- 1) Quale area di questa ruota ti colpisce?
- 2) Su quale area di questa ruota credi che concentrandoti migliorerà altre aree ?
- 3) Perché questa area è importante per te?
- 4) Quanto lo è da 1 a 10?
- 5) Quest'area come impatta sulle altre?
- 6) Cosa vorresti sviluppare/realizzare specificamente in quest'area prescelta?
- 7) Questo obiettivo è realizzabile??
- 8) Cosa ti fa dire che sia realizzabile?

9) Quando vuoi vedere realizzato questo obiettivo?

10) Quali comportamenti/atteggiamenti saranno necessari per raggiungere il tuo obiettivo?

11) Quali indicatori/successi, nel corso delle settimane, indicheranno che siamo sulla strada giusta?

11) Che ne dici di proiettare il tuo successo su una timeline

12) Da chi dipendono queste indicazioni/successi?

13) Queste indicazioni/successi potrebbero essere la prova che il processo di Self Coaching ha funzionato?

15) Quali sentimenti proverai ottenendo questo?

OBIETTIVO DI SELF COACHING

OBIETTIVO DA RAGGIUNGERE NELLA RUOTA DELLA VITA:

INDICATIVI/SUCCESSI CHE POSSONO DIMOSTRARE CHE HAI RAGGIUNTO:
