

TEST DE VALORACIÓN

¿Eres la persona adecuada para un proceso de Coaching?

--

Marca con una "X" tus respuestas afirmativas

| | |
|--|--|
| 1. Creo que el Coaching es lo que más se acerca a lo que hoy necesito. | |
| 2. Estoy dispuesto/a a explorar y probar nuevas maneras de hacer las cosas. | |
| 3. Estoy dispuesto/a a invertir tiempo en mí mismo. | |
| 4. Estoy dispuesto/a a cumplir con el plan de acción para conseguir mi objetivo. | |
| 5. Estoy dispuesto/a a hacer las cosas de forma distinta a como las he hecho siempre. | |
| 6. Estoy dispuesto/a a ser sincero/a con mi Coach. | |
| 7. Realmente deseo cambios y ponerme en acción, no busco únicamente que me escuchen. | |
| 8. Estoy dispuesto/a a disfrutar y divertirme en el proceso. | |
| 9. Estoy dispuesto/a a aceptar que es un proceso progresivo y que los cambios se realizan poco a poco. | |
| 10. Estoy dispuesto/a a realizar un esfuerzo económico en el Coaching como una inversión en mi vida. | |

--

Suma todas las "X" marcadas y consulta la siguiente tabla de resultados

| | |
|------|---|
| 1-3 | El Coaching no es la alternativa adecuada para ti (al menos de momento). |
| 4-5 | El Coaching no es muy apropiado para ti. Podrías iniciar el proceso, pero muy probablemente el trabajo llevaría demasiado tiempo y tendrías que definir muy bien tu compromiso y lo que deseas realmente. |
| 5-8 | Puedes iniciar tu proceso de Coaching con altas probabilidades de éxito. |
| 9-10 | Estás en el momento óptimo para iniciar un proceso de Coaching y obtener grandes resultados. ¡Pídeme que te exija! |